Суперпамять. Проверенный тренинг для школьника

Герасим Авшарян

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Как часто нужная информация так некстати улетучивается из головы наших детей, лишая их возможности получить отличную оценку на уроке. И глядя на очередную двойку в дневнике, мы называем их память «дырявой» и ставим им в пример тех, кто, не моргнув глазом и не глядя в бумажку, перечисляет столицы всех мировых государств или координаты самых высоких горных вершин и получает за это красивую пятерку.

Но, спокойно! Хорошая память - это всего лишь дело техники, вернее МНЕМОтехники. А, значит, любой может натренировать свою память до СУПЕРпамяти..

Автор этой книги приглашает всех школьников, студентов и даже преподавателей в свой уникальный мнемонический тренажерный зал, в котором продемонстрирует интересные и суперэффективные упражнения для тренировки памяти; подсказки и маленькие хитрости, помогающие быстрее и надежнее запоминать информацию; единственный в своем роде мнемонический англо-русский словарь; новейший метод для запоминания формул Словом, все то, что превратит память любого в СУПЕРпамять!

- Герасим Авшарян
  - Часть 1
    - ■
    - ■ Для чего нужна память
      - ■
    - ■ Память и ум
      - ■
    - ■ Память и здоровье
      - ■
    - ■ Виды памяти
      - ■ Механическая память
        - ■
      - ■ Зрительная память
        - ■
      - ■ Слуховая память
        - ■
      - ■ Тактильная память
        - ■
    - ■ Что помогает нам запоминать информацию?
      - ■ Эмоции и чувства
        - ■

- Интерес к информации
- Внимание
- Воображение
- Дословное и свободное запоминание
- Забывание

- Часть 2
  - Мнемотехника 1
  - Мнемотехника 2
  - Мнемотехника 3
  - Мнемотехника 4
  - Мнемотехника 5
  - Мнемотехника 6
  - Мнемотехника 7
  - Мнемотехника 8
  - Мнемотехника 9
  - Мнемотехника 10
  - Мнемотехника 11
  - Мнемотехника 12
- Часть 3
  - Ох уж эти уроки
  - Тексты
  - Формулы математические, физические, химические

- Таблица Менделеева
- Иностранные слова
- География во всей красе
- Даты и события. Короче, история

- Часть 4
- Запоминаем простые слова
- Запоминаем сложные слова
- Запоминаем тексты
- Запоминаем стихи
- Запоминаем имена
- Запоминаем цвета и цветы
- Запоминаем иностранные слова
- Запоминаем свойства и качества
- Запоминаем страны и столицы
- Запоминаем цифры и числа
- Переходим от текстов к другим видам информации
- Запоминаем формулы математические, физические, химические
- Запоминаем вершины, впадины и прочие географические координаты
- Запоминаем исторические даты и события
- Пара слов о воспоминаниях

- Эпилог

- notes
  - 1

Герасим Авшарян
Супер–ПАМЯТЬ. Проверенный тренинг для школьника

Часть 1
О памяти, и не только. Немного теории

Для чего нужна память

Нужна ли нам память?

Что за вопрос!!! Разве без памяти можно обойтись? Да никак! Ставить под сомнение важность памяти – все равно что спрашивать, нужны ли нам мышцы. Без мышц мы не сможем двигаться, а значит, и жить! А без памяти мы жить будем, но превратимся в вечных младенцев, которых надо будет все время заново учить ходить, разговаривать, есть и которые при этом ничего не будут помнить! Нет, без памяти нам никак!

И тут встает другой вопрос. Мышцы мы можем тренировать: укреплять, накачивать, делать более гибкими. Если мы будем делать это постоянно (хотя бы пару раз в неделю), то ходить, бегать, прыгать и т. п. нам будет легко и просто. А можно ли тренировать память? Ни в одном городе мира я не видел надписей «Посетите наш тренажерный зал, и ваша память станет прочной и крепкой!». А если нет надписей, то нет и тренажерных залов для памяти. А где же ее в таком случае упражнять?

Давайте эту ошибку исправим. Я приглашаю вас, дорогие ребята, в свой УНИКАЛЬНЫЙ МНЕМОНИЧЕСКИЙ ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ! Давайте будем нашу память «накачивать», развивать, делать рельефной, гибкой и т. д. В моем зале есть множество специальных мнемонических тренажеров для тренировки всех видов памяти.

Для тренировок в этом зале не предполагается специального расписания, поскольку их вполне можно совмещать с обычной жизнью: они не требуют больших затрат времени и не являются особо изнурительными и сложными. (И в этом их большой плюс!) Например, школьникам приходится запоминать много всякой разной информации на уроках в школе. А это уже тренировка, ведь любое запоминание заставляет память работать. Но пренебрежительно относиться к таким тренировкам я бы тоже не советовал: если заниматься систематически, то результаты будут просто потрясающими.

В общем, чтобы в голове у вас не возник интеллектуальный сквозняк (это когда информация в одно ухо влетает, а из другого вылетает), давайте, наконец, заглянем в мой мнемонический тренажерный зал!

Память и ум

Нет сомнения, что все мои читатели – люди умные и толковые.

Но знаете ли вы, что очень часто у человека может быть превосходный ум и «дырявая» память? Вспомните, что рассказывают о гениальных ученых, которые вечно все забывают и путают. А теперь только вообразите себе, что случится, если такой ученый сделает великое открытие, но не успеет записать его на бумаге? Да он просто-напросто забудет его! И открытие пропадет. И всему человечеству придется ждать, пока какой-нибудь другой ученый не сделает то же самое открытие.

Мы можем сравнить наш ум с «фабрикой» по производству и переработке интеллектуального продукта (знаний, опыта, навыков). Но на любой фабрике для хранения продуктов предусмотрен склад. Иначе весь продукт пропадет, и производить его просто не будет иметь смысла. Таким складом и является наша память.

Итак, все, что производит наш ум, хранится в нашей памяти.

Все, чего мы достигаем в жизни (знания, навыки, опыт), хранится в памяти.

Разве это не говорит о важности памяти для нас, для нашей успешной жизни?

Память и здоровье

Говорят, в здоровом теле здоровый дух. А еще: в здоровом теле – хорошая память. И как только у нас начинаются проблемы со здоровьем, у нас начинаются проблемы и с памятью тоже.

Состояние нашей памяти напрямую зависит от состояния нашей сердечно-сосудистой системы, от системы кровообращения. Чем слабее наши сосуды, тем хуже снабжают они наш организм (и мозг!) кровью и тем хуже работает наша память.

Точно так же, как мы должны правильно питаться, чтобы наши мышцы были крепкими и эластичными, так и нашу память мы должны «подкармливать» необходимыми продуктами и витаминами. Включайте в свой рацион продукты, содержащие витамины группы В и йод, они очень полезны для нашей памяти.

Занимайтесь также бегом (конечно, не марафонскими дистанциями, а легкой трусцой по утрам). Раз это полезно для сердечно-сосудистой системы, то будет полезно и для нашей памяти.

И забудьте о сигаретах, если вы хотите обладать суперпамятью!

Виды памяти

Механическая память

Знаете ли вы, дорогие ребята, что любой психолог с ходу назовет вам десяток разных видов памяти – механическая, ассоциативная, зрительная, слуховая, тактильная, долговременная, оперативная, эмоциональная и т. д. и т. п. Но вся штука в том, что, сколько бы ни было этих разновидностей и подразделений, все они условны. Никто и никогда не видел память под микроскопом. Ее вообще нельзя увидеть. Никто точно не знает, где она скрывается.

Поэтому совсем необязательно запоминать, какие виды памяти бывают (разве только для тренировки памяти!), но узнать о них полезно, ведь каждый вид памяти тренируется своим, особым способом.

Итак, начнем с механической памяти.

Как понять, что мы задействовали механическую память? Если мы что-то запомнили просто так, без осмысления, без ассоциаций, без любого другого метода, то это значит, что мы запомнили информацию механически. Короче говоря, если вы раз десять прочитаете и повторите любой учебный материал – параграф из учебника истории, теорему Пифагора, стихотворение (что чаще всего и делают ученики), то вы запомните его механически. На школьном языке это называется «вызубрить».

Механическая память имеет один недостаток: неосмысленная информация легко улетучивается из головы. Но в некоторых случаях (например, для запоминания иностранных слов) нам понадобится именно механическая память. Поэтому ее тоже нужно тренировать. Например, таким способом.

> Прочитайте какое-нибудь предложение и попробуйте самостоятельно (без подглядок и перечитывания) повторить его. Если сразу не получилось, еще раз прочитайте и снова попробуйте повторить или хотя бы пересказать. Со временем это станет получаться у вас все лучше и лучше. Затем усложните это упражнение, прочитав и попытавшись повторить уже не одно, а целых два предложения. И так далее.
>
> Начните с маленьких (коротких) предложений. Затем переходите на большие (длинные). А также начните с одного предложения и затем увеличивайте их количество. Начинать следует всегда с малого. Иначе

можно разочароваться, если не будет получаться. Лучше медленно и терпеливо двигаться к цели, нежели сразу взяться за сложное и, разочаровавшись, забросить все на полдороге.

Но если у нашей памяти есть и другие, не механические возможности, то почему бы не использовать их? А иначе эти возможности будут «бродить» без дела в нашей памяти и в конце концов потеряют силу.

Зрительная память

Зрительная память – это наша память о том, что мы увидели собственными глазами.

Все великие художники славятся своей удивительной зрительной памятью. Они могут с помощью холста и палитры детально воссоздать облик человека, которого видели один раз в жизни. (Нам, конечно, тоже кажется, что мы с фотографической точностью помним лицо того или иного человека, но если нас попросить нарисовать его портрет или просто рассказать, какого цвета у человека глаза или волосы или какого размера у него уши, то мы будем мекать и бекать, но так и не вспомним таких подробностей.)

Почему же художникам удается детально запомнить лицо человека, а нам нет?

Потому что наша зрительная память пассивна, нетренирована. И даже если у нас есть способности к рисованию портретов, вряд ли мы с первого раза сможем воспроизвести на холсте или бумаге лицо человека по памяти. А вот у настоящих художников зрительная память активна. Почему? Да потому что они все время ее тренируют, вот и весь секрет. Поэтому им легко удается запоминать и затем воспроизводить все черты лица интересующего их человека.

Это, однако, не значит, что другие виды памяти у них так же хорошо развиты. Они ведь упражняют в основном зрительную память, поэтому совсем не факт, что они с первого раза запомнят то, что услышали или потрогали. Ведь развивается то, что упражняется, и никак не иначе. Это закон развития.

А упражнений для этой цели можно придумать множество. Вот, к примеру, одно из них.

> Возьмите несколько фотографий незнакомых вам людей. Рассмотрите каждого человека внимательно. Придумайте имена для изображенных на фото людей и

напишите каждое имя на обратной стороне фотографии или на отдельном листке бумаги.

Внимательно разглядывая лицо и весь облик человека на фотографии, постарайтесь найти в его чертах что-нибудь необычное или, наоборот, знакомое вам. Вспомните какого-нибудь своего знакомого с таким же именем, которое вы присвоили незнакомцу на снимке. К примеру, его зовут Сергей. Теперь попробуйте провести параллели между внешностью на фотографии и именем незнакомца и внешностью вашего знакомого, носящего то же имя. Придумайте какую-нибудь историю, в которой все эти три звена (внешность на фотографии; имя; внешность знакомого с тем же именем) соединятся в одну цепочку, будто бы станут одним целым. Для этого мы выберем какую-нибудь особенность внешности (например, усы, если они есть). Если изображенный на фотографии человек, которого вы назвали Сергеем, усатый и таким же является ваш знакомый Сергей, то связывающим звеном может послужить следующее мнемоническое предложение: они оба усатые. Теперь можно начать изучать подробности внешности, чтобы лучше ее запомнить. Ну, например, сравните усы обоих Сергеев: у кого красивее и пушистее, длиннее или короче и т. д. Не забывайте, что во всем этом обязательно должны участвовать ваши чувства. Поэтому обращайте внимание на ваши впечатления: что вам нравится, что не нравится в облике человека на фото. Когда включаются чувства, это сильно стимулирует работу памяти.

Обратите внимание: когда мы выполняем такое упражнение с фотографиями, мы заставляем «сотрудничать» зрительную и ассоциативную память.

Слуховая память

Слуховая память – это наша способность запоминать и воспроизводить информацию, которую мы услышали собственными ушами.

Прекрасным упражнением для слуховой памяти является игра «Угадай мелодию». (Кто не помнит, расскажу о правилах: ведущий напевает или проигрывает мелодию из любой песни, а участники стараются вспомнить, какой именно песне эта мелодия принадлежит.)

А можно тренировать слуховую память и таким образом: выучить названия нот и запомнить, как звучит каждая из них. Затем попросить кого-нибудь наигрывать ноты на музыкальном инструменте, а самому вспоминать и называть их. Например, я некоторые музыкальные произведения для гитары и пианино храню в слуховой памяти. Впрочем, играю я неважно, без знания нот.

Еще одно прекрасное упражнение: не глядя, узнавать людей

по голосу. Его хорошо выполнять в компании друзей.

> Попросите одного из ваших друзей закрыть вам ладонями глаза, а остальные пусть по очереди говорят любые слова или издают какие-нибудь звуки. Вы должны с закрытыми глазами угадать, чей именно голос сейчас слышите. Это упражнение тем сложнее, чем больше людей в нем участвуют и чем короче произнесенные ими фразы или звуки.

В общем, при любой возможности старайтесь запоминать, а затем воспроизводить в памяти (то есть вспоминать) различную слуховую информацию.

Кстати, ученикам, как никому другому, нужна хорошая слуховая память. Ведь каждый день (кроме выходных) мы слышим информацию из уст учителя. Так что каждый урок в школе может стать для вас настоящим мнемоническим тренажером. И пусть этот факт стимулирует вас, дорогие ребята, к тому, чтобы слушать учителя с мнемоническим азартом.

Что такое мнемонический азарт? Это азарт запоминания. Поспорьте с самим собой или со своим соседом, что вы сможете запомнить все-все-все, что сегодня скажет учитель на уроке. И, охваченный мнемоническим азартом, вы сорок пять минут будете жадно внимать учителю, не пропуская ни одного его слова.

Вот так, друзья мои.

И это, я бы сказал, довольно мудрый поход к урокам. И полезный.

Тактильная память

Тактильная память – это память об ощущениях, которые мы испытывали, когда прикасались к какому-либо предмету. Например, когда-то давным-давно, может быть, один раз в жизни, вы погладили кролика. И до сих пор помните, какая мягкая и пушистая у него шерстка. Или наоборот, вы в зоопарке дотронулись до шкуры змеи, и теперь при виде змеи (например, по телевизору) вы вспоминаете ее холодную кожу.

Хочу предложить вам неплохое упражнение для развития тактильной памяти.

> Поставьте перед собой несколько предметов, отличающихся друг от друга фактурой поверхности. Отличие не должно быть слишком явным, иначе будет очень просто различить их на ощупь. Например, если я

выбрал такие предметы, как компьютер, стол, книгу и диван, то даже с закрытыми глазами с легкостью отличу их друг от друга. Но если передо мной лежат несколько разных, хоть и знакомых мне, книг, при этом одна гладкая, другая шершавая, третья бархатистая, и я с закрытыми глазами пытаюсь угадать, где какая книга, то моей тактильной памяти придется «попотеть», вспоминая, какие ощущения и от какой поверхности я испытывал раньше.

Тактильная память связана с органами осязания, и в ней не участвует зрение. Иначе мы бы имели дело с совместной работой тактильной и зрительной памяти. Но если в запоминании участвует зрение, то для тактильной памяти уже не остается работы. Что ей делать, если глаза и так уже все увидели? Поэтому лучше позволить тактильной памяти работать самостоятельно.

Вы можете спросить: «Зачем это нужно?» Действительно, может показаться на первый взгляд, что тактильная память не так уж и важна. Но на самом деле бывают ситуации, когда она может очень пригодиться. Например, если мы оказались в кромешной тьме, то органы зрения нам уже не помогут. Придется ориентироваться с помощью органов осязания. Или если мы хотим научиться печатать на клавиатуре вслепую (освоить метод так называемой слепой печати), то наши упражнения в этом направлении непременно включат в себя работу тактильной памяти. Человек, владеющий техникой слепой печати, выигрывает во времени. Так что, дорогие ребята, не спешите говорить, что тактильная память нам не пригодится.

Теперь – еще одно прекрасное и немного смешное упражнение для тактильной памяти: мы будем учиться распознавать на ощупь лица знакомых людей.

Когда вы как-нибудь соберетесь с друзьями, предложите им игру-тренировку для тактильной памяти. Пусть они завяжут вам глаза, или просто сами закройте их, если, конечно, сможете сдержаться и не подглядывать. Теперь, аккуратно прикасаясь (и не подглядывая!) к лицу стоящего перед вами человека, попробуйте определить, кто из ваших друзей стоит перед вами. Старайтесь быть поосторожнее, чтобы ваши прикосновения не показались кому-то неприятными.

Можно разнообразить это упражнение: определять, кто перед вами, прикасаясь только к лицу или только к рукам.

Что помогает нам запоминать информацию?

Эмоции и чувства

Чтобы хорошо запомнить информацию, нужно отнестись к ней эмоционально, прочувствовать ее, дать ей свою оценку. Информация, которую вы воспринимаете равнодушно, не сможет отложиться в вашей памяти, даже если вы много раз ее прочитаете, услышите или увидите. Поэтому, насколько возможно, старайтесь вовлечь свои чувства в процесс запоминания.

Например, если вы наткнулись в книге на информацию, с которой вы не согласны, попробуйте эмоционально воскликнуть: «Ну надо же! И это пишут люди, имеющие высшее образование! Неужели они на самом деле считают, что битва под Бородином была в 1912 году?! Это же СМЕШНО!» И поверьте, что и много лет спустя вы будете помнить, что в далеком 2008 году в учебнике истории под редакцией десяти профессоров вы прочитали неправильный исторический факт.

Если же, наоборот, какая-то мысль вам очень понравилась, тоже попробуйте выразить это эмоционально. Скажите себе: «Вот это здорово! Потрясающе! Никогда бы не подумал!» – или как-нибудь по-другому, лишь бы не было равнодушия.

Равнодушие вообще враг всех учеников. Если школьники равнодушны к учебе, они не будут хорошо учиться. Им ведь будет все равно, что они услышали на уроке или что прочитали в учебнике. А если им будет все равно, то они ничего и не запомнят из увиденного и услышанного. А если они ничего не запомнят, то на контрольных и экзаменах они и получат соответствующие оценки, что очень и очень грустно.

Интерес к информации

Хочу сказать вам, дорогие ребята, одну очень важную вещь: ваши чувства (которые нам очень нужны для хорошего запоминания информации) возникают, прежде всего, в ответ на то, что вам интересно. Разве вы станете слушать песню, которая вам не нравится? Поэтому если вы будете относиться к школьным урокам с интересом, то в процесс учебы подключатся ваши чувства, от чего ваша память только выиграет. А уж если ко всему этому добавятся еще и дополнительные стимулы, одним из

которых является мнемонический азарт, о котором я уже говорил в этой книге, то запоминать информацию станет для вас делом совсем пустяковым.

А если у вас нет интереса к учебе, то даже если вы потенциальный гений и у вас хорошая память, то все равно вы не сможете хорошо учиться. Ведь именно интерес больше всего движет нами в деле освоения новой информации.

Однако достаточно часто нам приходится делать то, что не очень-то интересно, но все-таки нужно. Нас заставляет необходимость. Мы понимаем, что это нужно сделать. Например, нужно учить все уроки (и любимые, и не очень), нужно сходить за хлебом в магазин, нужно почистить обувь, если она запачкалась, и так далее. Правда, пока мы еще дети, многое за нас делают родители, но со временем и с возрастом нам все равно придется все это делать самим.

Но как же быть, если совсем пропал интерес к учебе?

Напомню вам про стимул, который я назвал мнемоническим азартом. Начните по-новому относиться к урокам – как к возможности упражнять память. Это внесет интерес в процесс учебы. Это воодушевит вас. Вы словно увидите все в новом свете. Восприятие слов учителя на каждом очередном уроке станет для вас тренировкой, а тренировка – это удовольствие. Если вы войдете в ритм мнемонической тренировки, то вам будет очень даже интересно слушать, что говорит учитель, на любом, даже самом скучном, уроке. Потому что это для вас станет очередной возможностью тренировать и память, и внимание, и волю, и многое другое.

Внимание

Внимание – одно из необходимых условий для успешной работы памяти. Если, например, сравнить память со складом, то внимание – это дверь склада. Если дверь закрыта, то как же можно на склад что-нибудь поместить? Никак. Поэтому, какой бы хорошей ни была ваша память, без внимания вы ничего не запомните. И не потому, что ваш «склад» маленький, а потому, что «дверь» у вас закрыта на ключ.

Быть невнимательным означает не что иное, как «пропустить информацию мимо ушей». А как можно запомнить то, что было пропущено мимо ушей? Разве вы можете запомнить то, что не услышали или не прочитали? Конечно нет.

Поэтому я скажу вам, дорогие ребята, так: чтобы запоминать, надо уметь не только слушать, но и слышать. Бывает ведь и так, что мы что-то слушаем, но в это время думаем о чем-то другом,

или даже вообще ни о чем не думаем. Например, музыку можно слушать, только если внимание «работает», а без внимания мы ее, может, и слышим, но не слушаем по-настоящему. Точно так же на уроке: мы либо слушаем, что говорит учитель, либо просто слышим.

Бывают разные причины, чтобы слышать, но не слушать: отсутствие интереса, усталость, недоедание, стрессы и многое другое. (Кстати, стрессы очень сильно разрушают память. Имейте это в виду и старайтесь, насколько это возможно, избегать стрессовых состояний.)

Что касается усталости, то психологи говорят, что человек может что-то внимательно слушать только в течение двадцати минут. После этих двадцати минут с нашим вниманием что-то начинает происходить. Оно рассеивается. Но как же быть? Ведь урок то длится больше сорока минут!

Конечно, многое зависит от говорящего (оратора, учителя, лектора). Если кто-то говорит монотонно, то его даже двадцать минут слушать тяжело. А если учитель не держит вас в режиме монотонности, а разнообразит урок, подавая информацию разными способами, то вы не устанете и после сорока минут.

Например, я, читая лекции школьникам, стараюсь время от времени прерывать ее вопросами. Именно в этот момент я выхожу из режима монотонности. Делая это, я должен опередить надвигающуюся усталость учеников. Стоит задать один вопрос, как усталость сразу же пропадает, даже если она уже успела появиться. Если же мне удается опережать усталость, то она и не успевает появиться.

И все-таки, как бы ни говорил учитель, когда вы на уроке, постарайтесь слушать очень внимательно. Именно это поможет вам, дорогие ребята, лучше запомнить урок. Кроме того, попытка остаться внимательным до конца урока является очень хорошим упражнением для развития внимания.

Воображение

Дорогие товарищи… О, простите: я хотел сказать – дорогие друзья! Теперь давайте будем упражнять наше воображение. Это очень просто. Нужно всего лишь представить себе (то есть вообразить) что-либо.

> Ну, например, представьте себе яблоко. Получилось? Вы должны его мысленно «увидеть», то есть вообразить, как выглядит яблоко. Кто-то представил себе красное яблоко, кто-то – зеленое. Кому как нравится. Но открою

вам маленький секрет: чтобы лучше запомнить, надо представить это яблоко каким-нибудь необычным, чтобы вас удивило столь необычное яблоко и очень сильно заинтересовало.

Для чего нужно воображать яблоко необычным? Для того чтобы активизировать ваши чувства и эмоции. Вы ни в коем случае не должны быть равнодушными, когда представляете себе что-то. Вы ведь уже знаете, что равнодушие – это враг вашей памяти. Чем вы равнодушнее, тем сложнее вам запомнить что-либо. И наоборот, чем больше вы удивляетесь, тем легче все запоминается. А дети – это чемпионы мира по удивлению. Взрослые уже не умеют удивляться так, как вы. Поэтому используйте это преимущество перед взрослыми и почаще удивляйтесь, тем более что это усиливает работу памяти.

Итак, вы представили какое-то необычное яблоко: либо огромное, либо, наоборот, крохотное, микроскопическое. Теперь вообразите еще что-нибудь, например банан. И представьте, что и яблоко, и банан лежат на каком-то необычном столе. Например, у него не четыре ножки, а целых десять, или даже сорок так, что это не стол, а сороконожка.

Разве вы не будете удивлены таким зрелищем? Вы, может быть, спросите: «А разве в жизни бывают столы с сорока ножками?» И я, конечно же, отвечу: «Нет». Разве только – если специально заказать такой стол. Но ребята, в том то и дело, что мы можем представить себе то, чего на самом деле нет или очень редко встречается. Тем самым мы «убегаем» от обыденности, которая очень сильно вредит нашей памяти. Все обычное не так хорошо запоминается, как все необычное. И мы должны использовать это свойство нашей памяти – ее неравнодушие к необычности. Поэтому снова и снова повторяю, когда вы читаете любой текст, старайтесь ярко представлять все то, о чем там говорится. Не читайте равнодушно. Упражняйтесь в том, чтобы читать с эмоциями, чувствами. Представляйте себе в своем воображении живую картину всего того, о чем вы читаете.

Теперь представьте, что вы съедаете яблоко, которое лежит на столе. Почувствуйте его вкус. Например, оно кислое. Вы сразу же почувствуете, как что-то происходит у вас во рту! Видите, насколько велика сила воображения? У вас уже все во рту свело от кислого, хотя вы съели яблоко не по-настоящему, а лишь в

воображении.

А теперь представьте себе, что нюхаете это яблоко. Вообразите яблочный запах. Он наверняка есть в вашей памяти. Вот вы уже как будто чувствуете этот запах – это и значит, что вы его вспомнили. А это, в свою очередь, означает, что вы выполнили очередное упражнение для памяти. Ведь каждый раз, что-то вспоминая, мы тем самым тренируем нашу память. Так что, когда включается наше воображение, это всегда еще и работа памяти.

Воображение бывает двух видов:

1. Буквальное воображение, когда мы представляем то, что в точности соответствует реальной жизни.

2. Воображение с элементами фантазии, о котором мы уже говорили раньше: когда представляем себе что-то необычное, чего на самом деле не бывает.

Оба эти вида воображения очень полезны для развития памяти. Чтобы тренировать буквальное воображение, нужно просто вспоминать происшедшие события. Например, попробуйте вспомнить (и как можно подробнее), как вы сегодня проснулись, что ели во время завтрака, чем занимались после, до обеда и так далее. Если вам не лень, то можете в конце каждого дня вспоминать этот день с самого утра. И если вы, дорогие ребята, будете регулярно выполнять это упражнение, то со временем вам удастся вспоминать прожитый день до самых мельчайших подробностей, так что сами будете удивляться тому, как это у вас получается.

Кроме того, пробуйте вспоминать что-нибудь из отдаленного прошлого. Например, вспомните какой-нибудь случай, происшедший с вами год назад. Затем пытайтесь все подробнее и подробнее вспомнить этот случай. Это, скажу я вам, пре краснейшая тренировка памяти. Кто знает, может быть, в дальнейшем вы станете чемпионом мира по запоминанию. Я, например, являюсь учеником чемпионата мира, который вошел в Книгу рекордов Гиннесса.

Дословное и свободное запоминание

Иногда нас заставляют запомнить информацию дословно. Это касается стихотворений, иностранных слов, всевозможных названий, терминов, а также высказываний великих людей и т. д. У нас нет другого выбора: мы ведь не можем пересказать стихотворение своими словами.

Но существует еще и свободное запоминание. Редко бывает, когда надо выучить какой-то длинный текст наизусть, слово в слово. Чаще учителя задают нам задание пересказать его своими словами, и мы рассказываем прочитанное в учебнике или услышанное на уроке по-своему, но, конечно же, не на «уличном» языке. Мы стараемся придерживаться того стиля и той лексики, которые присутствуют в тексте.

Что легче – свободное запоминание или дословное?

Я думаю, в обоих случаях есть свои плюсы и минусы. Иногда легче выучить наизусть, нежели пересказать своими словами, а иногда – наоборот. Некоторым ученикам очень легко дается дословное заучивание, а другим гораздо легче выразить содержание текста своими словами. Мы все разные. У одних хорошо развита зрительная память, у других – слуховая и так далее. Однако каждый из нас, если есть желание и возможность, может усовершенствовать слабые стороны своей памяти.

Забывание

Я буду недостаточно честным, если скажу, что все, нами запоминаемое, остается в нашей памяти навсегда. Это не так. Наша память устроена таким образом, что мы все время что-то забываем. И от этого никуда не денешься. Иногда мы запоминаем то, что не хотели бы помнить, и наоборот, никак не можем навсегда запомнить то, о чем не хотелось бы забывать всю жизнь. С этим ничего не поделаешь. Так что не нужно сильно переживать из-за того, что многое забывается. Попробуйте спросить у людей, окончивших школу с золотой медалью: помнят ли они что-нибудь из школьной программы? Если прошел уже десяток лет после школы, то некоторые из них скажут вам, что почти ничего не помнят, хотя в свое время все отлично знали. Но я также должен сказать, что забываются в основном те знания, которые не находят впоследствии должного применения, а потому не подвергаются повторению. И, я думаю, это логично: зачем ненужным и неприменяемым знаниям оставаться в нашей голове? Это же не компьютер, в конце концов!

Итак, забывание неизбежно. Особенно в деле забывания отличаются взрослые. Скажу так: дети быстрее забывают «взрослую информацию», а взрослые – «детскую». Это и понятно: детям неинтересны слишком серьезные, рассчитанные на взрослых знания, а взрослым хочется чего-нибудь «повзрослее». Каждому – свое. Но зато никто не сравнится с детьми в усвоении иностранного языка. В этой области дети – непревзойденные мастера. Если родители переедут жить в страну, где люди

разговаривают на другом языке, то ребенок, немного пообщавшись с новыми друзьями, вскоре выучит незнакомый язык, в то время как родители месяцами или даже годами будут изучать его.

> Сегодня днем я увидел на улице парня, с которым познакомился почти два года назад и с тех пор его не видел. Но я вспомнил его имя и окликнул его. Когда мы поздоровались, он, узнав меня, очень удивился тому, что я не забыл, как его зовут. Ведь прошло довольно много времени с момента нашей последней встречи.
>
> Как же мне удалось запомнить имя человека, с которым я общался всего один-два раза почти два года назад?
>
> Секрет в том, что я просто удачно сопоставил его имя с тем же именем человека, о котором я знаю, хотя, к сожалению, не знаком с ним лично. Я сравнил моего нового знакомого по имени Эльдар с известным кинорежиссером Эльдаром Рязановым. Сравнение оказалось удачным, так что, я думаю, мне грозит пожизненное запоминание имени моего знакомого.

Так что забывается не все. Есть вещи, которые лично я запомнил на всю жизнь и не смогу забыть, даже если захочу. И наоборот, многое из того, что я ужасно не хотел бы забыть, я увы и ах! – забыл.

На этой немного грустной ноте я, пожалуй, и закончу первую часть своей книженции. Надеюсь, она принесет немало пользы ребятам. Пойду отдыхать.

До новых встреч на страницах второй, мнемотехнической части книги.

Часть 2
Тренажеры для суперпамяти

Мнемотехника 1
Запоминаем не связанные друг с другом слова

Итак, дорогие друзья, если вы действительно хотите, чтобы у вас была классная память, то давайте начнем тренироваться. В результате специальных упражнений ваша память станет суперпамятью, и вы сможете удивлять своих друзей и рассказывать им о том, как вам удается так быстро все запоминать.

Итак, если вы готовы, давайте начнем с первого упражнения, то есть с запоминания обычных, не связанных друг с другом слов.

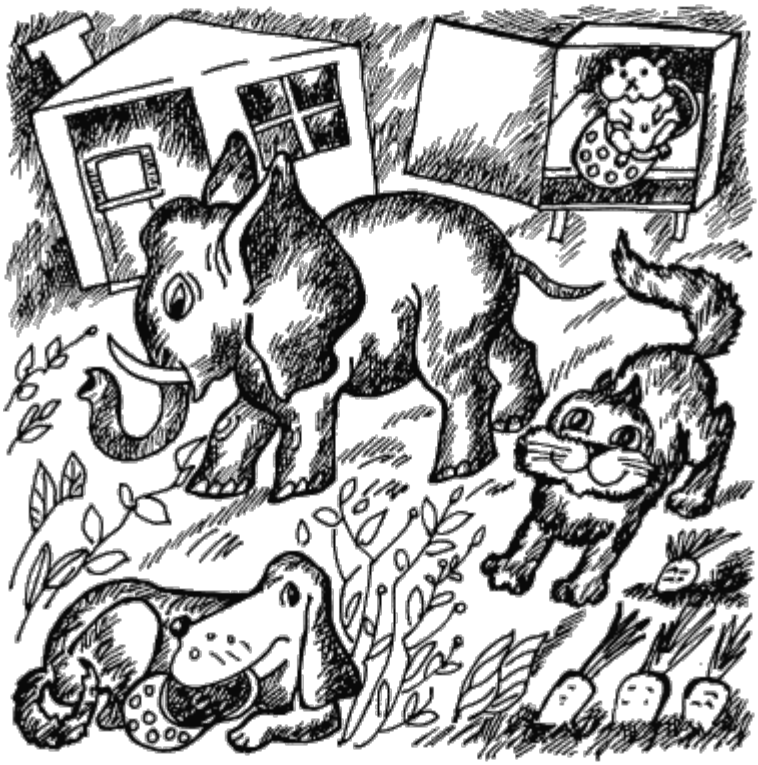
Это простейшее упражнение является прекрасным тренажером для тренировки памяти. Сначала мы попробуем запомнить всего лишь десять таких слов. Затем постепенно будем увеличивать их количество.

Вот эти десять слов:

> Слон, домик, телевизор, тапочки, котенок, тумбочка, хомяк, пес, огород, кустарник.

Как же нам, ребята, запомнить эти десять слов? Вы, наверное, скажете, что можно выучить их наизусть. Но я вам открою маленький секрет: оказывается, нетрудно запомнить их и безо всякой зубрежки. Вы спросите – как? Очень просто. Давайте попробуем придумать интересную историю, в которой все наши десять слов будут обозначать каких-то героев. У меня получилась вот такая история:

> Слон шел к себе в домик смотреть телевизор. Но прежде чем включить телевизор, он хотел найти свои тапочки, которые куда-то пропали. Оказалось, что их утащил котенок и положил в тумбочку. Но в тумбочке слон увидел только одну пару, в которой поселился хомяк. Когда слон спросил его, где же вторая пара, хомяк признался, что отдал ее псу, который живет в огороде. Тогда слон направился в огород, но не мог найти своего друга пса, потому что он все это время прятался за кустарником.



Вот такая история.

Что произошло дальше, можете придумать сами. Но я не стал продолжать рассказ, так как все наши десять слов уже задействованы.

А еще обратите внимание на то, какой необычный и смешной получился рассказ. И это неслучайно, ведь я хотел, чтобы в этом рассказе участвовали мои чувства, то есть чтобы мне было либо смешно, либо грустно, либо чтобы я удивился чему-нибудь. Ведь так легче запоминается. Например, разве не удивительно, что большой слон живет в маленьком домике?

Я думаю, вы с легкостью запомнили мой рассказ, но еще быстрее вы запомните собственный рассказ, ведь он будет не чужим, а вашим личным творением, и вы вложите в него уже свои чувства и эмоции.

Со временем вы научитесь очень быстро и безо всякой зубрежки запоминать любые десять слов. И тогда настанет время попробовать запомнить уже не десять, а, скажем, двенадцать или четырнадцать слов. И так далее. Постепенно вы научитесь запоминать несколько десятков слов всего за несколько минут, в то время как при механическом заучивании (зубрежке) это заняло бы у вас гораздо больше времени.

Ну что ж, на этом наш первый урок подошел к концу. Теперь

для достижения успеха в запоминании несвязанных слов вам необходимо только запастись терпением, ведь успех обычно приходит не сразу, а со временем. Но зато представьте себе, как вы будете радоваться, когда вам окажется по плечу запоминание сразу большого количества слов!

А пока попросите кого-нибудь из ваших знакомых, чтобы прочитали вам десять любых слов с интервалом в несколько секунд. И пока он читает, вы (про себя, чтобы никто не узнал) придумайте с этими словами какую-нибудь интересную историю. А вслух повторите уже не саму историю, а только слова, которые были вам прочитаны.

Мнемотехника 2
Запоминаем последовательность слов и их порядковые номера

Мы можем немного усложнить упражнение с запоминанием слов, если будем запоминать еще их порядковые номера. Это сложнее, так как здесь появляются уже новые информационные звенья: цифры.

Допустим, нам нужно выучить информацию в виде списка имен или названий и при этом знать порядковый номер каждого имени или названия. Как же это сделать?

Можно через каждые, скажем, пять слов вводить новое слово, которое будет означать число, являющееся порядковым номером. Для этого авансом воспользуемся знаниями, освоением которых мы всерьез займемся, когда будем учиться запоминать цифры и числа. Например, если между пятым и шестым словами списка мы «внедрим» слово «звезда» (которое используется для запоминания цифры 5), то это будет указывать нам на пятое (до «звезды») и шестое (после «звезды») слова нашего списка. А там уже несложно найти четвертое и седьмое (то есть предыдущее и последующее).

Но есть более простой способ. Вместо «звезды» (5) запомним слово «ручка» (мы используем его для обозначения цифры 1, так как шариковая ручка на самом деле похожа на единицу). Мы вставляем «ручку» (единицу) после первой пятерки слов.

Чтобы проще было понять, приведу в качестве примера уже знакомый нам список:

> Слон, домик, телевизор, тапочки, котенок, тумбочка, хомяк, пес, огород, кустарник.

Здесь десять слов, поэтому нам достаточно ввести одно звено (то есть слово, означающее единицу, в нашем случае это «ручка») после пятого слова. И получится список длиной в одиннадцать слов:

> Слон, домик, телевизор, тапочки, котенок, РУЧКА, тумбочка, хомяк, пес, огород, кустарник.

Этот список нам уже знаком. Поэтому нам остается в уже известной нам истории (про слона) добавить «ручку». А это совсем несложно. И у нас получится следующее:

Слон шел к себе в домик смотреть телевизор. Но прежде чем включить телевизор, он хотел найти свои тапочки, которые куда-то пропали. Оказалось, что их утащил котенок, спрятал в них ручку и положил все в тумбочку. Но в тумбочке слон увидел только одну пару, в которой поселился хомяк. Когда слон спросил его, где же вторая пара, хомяк признался, что отдал ее псу, который живет в огороде. Тогда слон направился в огород, но не мог найти своего друга пса, потому что он все это время прятался за кустарником.

Вот и все. Теперь, чтобы вспомнить, например, шестое слово, нам нужно вспомнить «ручку», зная, что шестое слово идет за ней. Что касается первых пяти слов, то они вовсе не нуждаются в слове «ручка». Достаточно вспомнить начало списка и затем последовательно вспоминать до пятого слова. Также нет нужды вводить новое слово для последней пятерки слов списка. Ведь можно просто вспомнить последнее слово и затем «идти» вверх по списку.

Что касается последовательности слов, то она сохраняется благодаря составленной истории, которая легко запоминается. В этой истории герои – слова нашего списка. Важнейшим является первое слово. Оно, как паровоз, тащит за собой остальные слова. Если мы забудем первое слово, то можем не вспомнить и остальные. Поэтому первое слово лучше всего сделать главным героем своего рассказа (или одним из главных).

Мы действуем по принципу цепочки: нет одного звена – и вся она может разорваться. Поэтому нет такого звена, которому можно было бы не придавать значения. Кроме того, каждое звено (кроме первого) должно «вытекать» строго из предыдущего и передавать «эстафету» (или «роль») последующему.

Мнемотехника 3
Запоминаем сложные слова

Теперь, дорогие ребята, давайте усложним наш прежний список слов, добавив в него более сложные слова. Под сложными словами я понимаю слова, которые обозначают не конкретные предметы (слон или тапочки), а абстрактные понятия, такие как любовь, смысл, удивление и т. д. Список с такими словами запомнить будет гораздо сложнее, ведь не так-то просто вообразить себе любовь или удивление. В конечном итоге у нас получится вот такой список:

> Слон, домик, телевизор, смысл, тапочки, котенок, радость, тумбочка, хомяк, пес, огород, кустарник, защита.

Мы видим, что здесь появились сложные слова (смысл, защита и радость). Теперь длина нашего списка – тринадцать слов. Как же их запомнить? Как, например, представить «радость» или «смысл»?

Давайте сделаем вот что. Попробуем внести некоторые изменения (связанные с новыми словами) в наш прежний рассказ. У меня получилась вот такая история:

> Слон шел к себе в домик смотреть телевизор, но вдруг подумал о том, есть ли смысл включать его, если он не может найти свои тапочки. Поэтому, прежде чем включить телевизор, он хотел найти тапочки, которые куда-то пропали. Оказалось, что их утащил котенок, после чего стал очень радостным и положил их в тумбочку. Но в тумбочке слон увидел только одну пару, в которой поселился хомяк. Когда слон спросил его, где же вторая пара, хомяк признался, что отдал ее псу, который живет в огороде. Тогда слон направился в огород, но не мог найти своего друга пса, потому что он все это время прятался за кустарником, служившим ему неплохой защитой.

Вот так я запомнил эти тринадцать слов. Теперь попробуйте сделать это самостоятельно. Пусть вам кто-нибудь из друзей или родных прочитает столько же, а может, и больше слов (простых и сложных), а вы попробуйте их все запомнить. Если получится сразу, то можете переходить к еще большему количеству слов.

Если же с первого раза все запомнить не получится, то ничего страшного: все равно со временем вы справитесь с этим заданием.

Через определенное количество тренировок попробуйте запоминать списки с еще большим количеством сложных слов. В конце концов вы будете запоминать списки, состоящие исключительно из сложных слов. И это будет просто здорово, ведь вы теперь научились запоминать (без зубрежки) списки простых и сложных слов. А ведь это не что иное, как очень хорошее, то есть эффективное, упражнение для развития памяти.

Теперь давайте попытаемся запомнить список, состоящий только из сложных слов. Возьмем для начала десять таких слов:

> Очень, сила, первый, походка, волнение, высота, передача, мечта, болезнь, идея.

Заметьте, что с этими словами не получается быстро составить простенький рассказ. И в этом списке нет простых слов, чтобы мы могли как-то связать вместе сложные и простые слова. Что же делать? Как без зубрежки выучить этот список?

> Кто-то может спросить: а зачем нам вообще нужны эти списки? Ведь в школе задают учить тексты, а не какие-то списки. Да, это так. Но хочу еще раз напомнить, что запоминание подобных списков очень серьезно укрепит вашу память и сделает ее более способной к запоминанию текстов (к которым мы еще вернемся). Так что не ленитесь, выполняйте все упражнения, которые я привел и еще буду приводить в дальнейшем. Тем более что они пригодятся, мы будем их использовать и для запоминания текстов.

Но что-то мы отвлеклись от нашего «сложного» списка. Давайте вернемся к нему и все-таки придумаем историю с этими словами.

Вот какая нелепая история у меня получилась:

> Очень большая сила поможет мне стать первым, но моя походка не скроет волнения, когда я буду на высоте, где можно смотреть передачу о мечте. Но всему помешала болезнь. И все-таки мне в голову пришла идея...

История как бы просит продолжения, но я уже использовал все десять слов. Так что продолжение вы можете придумать сами, тем самым развивая в себе способность фантазировать, сочинять

и придумывать.

Мнемотехника 4
Запоминаем цифры

Мы уже освоили три мнемотехники и за все это время еще практически не приступали к запоминанию цифр. А вдруг в информации, которую мы захотим запомнить, кроме слов будут встречаться и цифры? Как же быть тогда? Да и вообще, как запоминать номера телефонов, исторические даты и многое другое? Ведь там сплошные цифры! Есть ли здесь какой-то секрет?

Конечно, есть! И я вам его, наверное, все-таки открою, так же как некогда черепаха Тортилла открыла Буратино «страшную» тайну золотого ключика. А помните, как кот Базилио и лиса Алиса не могли разделить между собой пять золотых монет? Как видите, у них как раз с цифрами и возникла проблема. И она может возникнуть и у нас, если нам никто не откроет «страшной» тайны. Впрочем, она не такая уж и страшная. Это только с виду цифры кажутся «сухими» и незапоминающимися. Но если с ними подружиться, то их запоминание превратится в настоящее удовольствие.

Как же нам превратить цифры в своих друзей? Как, например, подружиться с единицей?

Мы с вами уже пробовали представить ее в виде ручки (шариковой или гелевой). Ведь ручка действительно похожа на единицу, правда? Но не только ручка, а еще и карандаш, и гвоздь, и палка, и многие другие тонкие и длинные предметы чем-то похожи на единицу. Разве я не прав? Вот давайте мы и дальше будем использовать это сходство, и вместо единицы представим себе ручку, или карандаш, или что-нибудь другое похожее.

Теперь попробуем найти что-нибудь похожее на двойку. Чем-то напоминает двойку лебедь. Так же, чтобы запомнить двойку, я вспоминаю какого-нибудь знакомого двоечника. (Кстати, ребята, я думаю, лучше быть отличником или ударником, чем двоечником. Я, например, в школе учился неплохо. Первые три класса я даже был отличником. И если бы тогда меня научили всем этим секретам памяти, то, возможно, я бы стал отличником и в четвертом классе.)

С единицей и двойкой мы более-менее разобрались. Теперь давайте найдем предметы, на которые похожи и остальные цифры, которых у нас всего десять. В итоге у нас может получиться следующий список:

0: яйцо, яма, пустыня...

1: ручка, карандаш, палка, автобус...

2: лебедь, брюки, ножницы...

3: треугольник, крыша...

4: клетка, телевизор, квадрат...

5: отличник, почетная грамота, диплом, звезда (пятиконечная)...

6: суббота, кирпич (6 граней)...

7: жираф, неделя, радуга (7 цветов)...

8: велосипед, очки...

9: буря (девятый вал), скорпион (похож на лежачую девятку)...

В конце я поставил многоточие, так как можно придумывать и дальше различные сравнения. Вы можете это сделать самостоятельно, и у вас накопится довольно много сравнений для каждой цифры.

Ну а теперь давайте постараемся запомнить следующий список цифр:

4, 9, 6, 3, 7, 1, 5, 0, 8, 2.

Каждую цифру мы заменим сравнением из нашего списка. Тогда получим следующее:

Клетка, скорпион, кирпич, крыша, жираф, автобус, звезда, яйцо, велосипед, лебедь.

А списки слов мы уже умеем запоминать. Ведь это мы прошли в самом начале. Итак, придумываем интересный и необычный рассказ.

Клетка хотела выпустить скорпиона, который, выйдя на свободу, взял кирпич и бросил его на крышу. Но там оказался жираф, и был он весьма недоволен таким поступком, поэтому уехал на автобусе к ближайшей звезде, где нашел яйцо, из которого, к его великому удивлению, вылупился велосипед, на котором в дальнейшем ездил лебедь.

Вот и все. Благодаря этому маленькому рассказу мы запомнили в нужном порядке десять цифр. Причем запомнили надолго, что не всегда удается во время зубрежки. И что самое главное, мы познакомились с еще одним прекрасным упражнением для развития памяти. А ведь чем больше разнообразных упражнений, тем лучших результатов мы сможем добиться.

Мнемотехника 5
Запоминаем числа

Теперь перейдем к числам. Цифр-то у нас всего десять, а вот чисел – бесконечное множество. Но есть одно утешение: любое число можно запомнить как комбинацию цифр (двух или нескольких всего-то из десяти). Например, когда мы запомнили десять цифр подряд, то мы тем самым запомнили десятизначное число. Но это число было всего одно. А как же быть, если чисел много? Как не перепутать их и не соединить в одно большое число при запоминании? Здесь должен быть какой-то новый, пока что не известный нам секрет. Для того чтобы раскрыть его, давайте попробуем запомнить вот такой список чисел:

24, 126, 97, 9, 1257.

Всего мы видим здесь двенадцать цифр. И тем не менее это не одно двенадцатизначное число. Здесь целых пять чисел. Что же делать? Как быть? Вдруг мы вспомним 241 и 26 вместо 24 и 126? Ведь здесь недостаточно запомнить все цифры в данной последовательности. Здесь нужно также четко запомнить «границы» чисел, то есть где заканчивается одно число и начинается другое. Конечно, можно просто запомнить, что первое число – двузначное, второе – трехзначное и т. д. Но такой способ не совсем надежен. И если нам даже удастся сделать это с маленьким (как в нашем случае) количеством чисел, то, как мы справимся с этой задачей, если чисел будет очень много?

Поэтому я предлагаю сделать так: кроме самих чисел мы будем ставить и запоминать в конце каждого числа некий знак, который будет говорить нам о завершении данного числа. С этой целью давайте придумаем специальные сравнения, чем-то похожие на границу, на завершение. Это могут быть, например, знаки препинания (точка, запятая, двоеточие и т. д.). Можно также использовать знак «стоп», светофор, границу, пограничника, сторожа, кондуктора, будильник и так далее.

Итак, попробуем запомнить числа:

24, 126, 97, 9, 1257.

Вспомним, с чем мы сравнивали цифры, затем придумаем, с чем сравнить границы между числами, и в итоге получим следующее:

Ножницами мы пытались вырезать телевизор, но сторож (число закончилось) отобрал их у нас, после чего уехал на автобусе к лебедю, который строил кирпичный дом, на котором поместил большую жирную точку (конец второго числа), которую потом стащил бессовестный скорпион и подарил своему другу жирафу. Но их поймал на границе (третье число) другой скорпион, которого кондуктор (закончилось четвертое число, точнее, цифра 9) пригласил в автобус и подарил ему брюки с изображением звезды. Эти брюки он носил целую неделю.

Вот мы с вами, дорогие ребята, и выполнили еще одно упражнение для развития памяти: потренировались в запоминании многозначных чисел.

Но есть и еще один, более простой способ их за поминания. Секрет этого способа заключается в использовании алфавита. Если я не ошибаюсь, у нас в алфавите 33 буквы, которые, в свою очередь, подразделяются на гласные (а, е, ё, и, о, у, ы, э, ю, я) и согласные. Давайте договоримся, что каждая согласная будет означать какую-то цифру. Например, буква Ч будет означать цифру 4, так они довольно похожи и, кроме того, цифра 4 начинается как раз с буквы Ч. Буква Т немножко похожа на 1. Ш у нас будет означать 6 и так далее. В общем, у нас получится вот такое сравнение:

0 – С, З
1 – Т, Д
2 – Н, Х
3 – М,
4 – Ч, Ц
5 – Л
6 – Ш, Щ, Ж
7 – К, Г
8 – Ф, В
9 – Б, П, Р

Теперь попробуем запомнить какое-нибудь число, например 16. Нам нужно запомнить цифры 1 и 6, но так, чтобы потом не перепутать их последовательность и не вспомнить 61 вместо 16. Цифры 1 и 6 – это, соответственно, буквы Т и Ш, которые мы и запомним вместо цифр. Поэтому давайте придумаем слово, в котором будут наши две буквы. Я уже придумал: это слово «тише». Представьте, что кто-то шумит, а вы говорите ему: «Тише!» Тем самым вы запоминаете число 16. Затем, для того

чтобы вспомнить это число, вы должны вспомнить слово «тише». И теперь мы никак не перепутаем последовательность, так как она сохраняется благодаря слову «тише», в котором буквы Т и Ш никак не могут поменяться местами.

Давайте запомним еще одно число, например 74. Это буквы К (Г) и Ч (Ц). Я придумал для них сравнение со словом «качели». Правда, в этом слове три согласные буквы (К, Ч и Л), но мое число ведь двузначное, поэтому, сколько бы ни было согласных в слове, мне все равно нужны лишь первые две, то есть К и Ч.

Итак, мы уже запомнили два двузначных числа (16 и 74). Но мы не связали их друг с другом. А ведь иногда приходится запоминать целые списки чисел, причем нередко в определенной последовательности. Например, если мы хотим запомнить год рождения человека, скажем 1972, то мы ни в коем случае не должны перепутать местами цифры 1, 9, 7 и 2. Вы скажете, что это мелочи? Ничего подобного. Давайте попробуем, например, перепутать местами цифры 9 и 2. Тогда получится, что этот человек родился в 1279 году. Видите, мы отправили его в тринадцатый век. А ведь это я родился в 1972 году! И мне не хотелось бы оказаться в тринадцатом веке, тем более попасть туда из двадцать первого. Как бы я писал эту книгу в тринадцатом веке? Ни компьютера, ни даже пишущей машинки не было бы под рукой. Если же вы добавите к этой дате словечки «до нашей эры», то я окажусь чуть ли не в каменном веке. И тогда писать эту книгу мне придется на каменных плитах.

Или если вам задают по географии запомнить высоту какой-либо вершины, то, опять же, перепутать вам ничего нельзя. Стоит хоть самую малость поменять цифры местами, как это будет уже неправильный ответ. Или представьте себе, что вы хотите позвонить другу, но в его номере телефона неправильно запомнили всего лишь одну цифру. Всего лишь одна неправильная цифра – и это уже другой номер!

Как же запомнить друг за другом числа 16 и 74? Поскольку для них у нас есть слова «тише» и «качели», то наша задача сводится к тому, чтобы запомнить в нужной последовательности эти слова. А это мы уже умеем делать – запоминать списки слов. Придумаем предложение для наших слов. Вот оно: «Тише, качели!» Я представил себе, что качели сильно шумят, и поэтому я обратился к ним и сказал: «Тише, качели!», но ни в коем случае не наоборот («Качели, тише!»), иначе получится не 16 и 74, а 74 и 16.

Добавим к нашему списку число 25. Если перевести на буквы число 25, то это будет Н (Х) и Л. Поэтому я решил использовать слово «нельзя». Теперь, если соединить все вместе, получится

такое предложение: «Тише, качели, нельзя!» Я представил, что запрещаю качелям шуметь.

Добавим еще одно число, 36. Переводим цифры в буквы и придумываем слово. Для этого числа я нашел слово «мешать», которое добавил к уже имеющимся. У меня получилось: «Тише, качели, нельзя мешать!» Видите, как здорово: в этом маленьком предложении «спрятались» целых четыре числа: 16, 74, 25 и 36.

Мнемотехника 6
Запоминаем мнемонические фразы

Представьте себе, что вам дали задание запомнить цвета радуги в следующем порядке:

Красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый.

Как вы их запомните? Есть всем известный классический метод – выучить наизусть. Но я вам покажу более легкий путь. Суть заключается в том, что вы придумываете мнемоническую фразу, в которой каждое слово начинается с той же буквы, что и наши цвета. В нашем случае такая фраза уже есть, вот она:

Каждый охотник желает знать, где сидит фазан.

Видите, первые буквы дают нам информацию о цвете. Например, слово «каждый» начинается на букву К, и мы, глядя на это слово, вспоминаем цвет, название которого начинается с той же буквы. Это, конечно же, красный. (Правда, на эту букву начинается также название коричневого цвета, но мы все-таки вспоминаем, что в нашем задании был именно красный, а не коричневый цвет.) Вот так работает наша память: стоит нам вспомнить первую букву, как память сразу же выдает слово целиком. И мы в данном случае используем это свойство нашей памяти.

Каждый (красный)
охотник (оранжевый)
желает (желтый)
знать (зеленый),
где (голубой)
сидит (синий)
фазан (фиолетовый).

Не знаю, как у вас, но в мое время в школе грешным делом использовали вот такую мнемоническую фразу, чтобы запоминать падежи:

Иван родил девчонку, велел тащить пеленку.
Иван (именительный)
родил (родительный)

девчонку (дательный),
велел (винительный)
тащить (творительный)
пеленку (предложный).

Я думаю, принцип понятен. При желании вы можете придумывать множество мнемонических фраз и тем самым облегчить запоминание того или иного текста.

Мнемотехника 7
Запоминаем слова-двойники и незнакомые слова

Если в мнемонической фразе мы вспоминаем нужные слова по первым буквам слов из фразы, то в слове-двойнике должно быть максимально возможное количество тех же букв, что и в слове, которое нам необходимо запомнить. Именно поэтому я его и называю словом-двойником, ведь оно становится довольно похожим на нужное нам слово. Особенно этот метод полезен при запоминании иностранных слов.

Например, мы услышали первый раз в жизни английское слово «шарк» *(shark),* означающее акулу. Чтобы не повторять сто раз это слово, для того чтобы его запомнить, я предлагаю найти в русском языке похожее слово. Я, например, нашел слово «шаркать». Разве не похоже на слово «шарк»? Еще как похоже! Просто двойник! И теперь нам осталось связать слово-двойник «шаркать» с иностранным словом «шарк». А сделаем мы это с помощью маленького предложения:

Акула шаркает зубами.

Посмотрите, как все здорово: в этом предложении слово-двойник, английское слово и перевод нашли друг друга. Так что, вспоминая это предложение, мы вспоминаем все сразу. Вот таким образом, дорогие ребята, вы можете выучить очень много иностранных слов. Правда, не всегда удается удачно придумать слова-двойники, но со временем это становится все легче и легче сделать, потому что с каждой попыткой у нас развивается фантазия. У чемпионов мира по запоминанию фантазия очень сильно развита, так что они могут запомнить более тысячи только что услышанных иностранных слов.

Мнемотехника 8
Долой однородную информацию

Наша память «не любит» однородности. Она «любит» разнообразие. Чем разнообразнее информация, тем легче мы ее запоминаем.

Чаще всего нам приходится запоминать неоднородную информацию, например тексты. О них мы поговорим в дальнейшем, а сейчас давайте научимся работать с однородной информацией. Допустим, нам задали выучить названия цветов:

Роза, астра, хризантемы, фиалка, тюльпан, мимоза.

Это и есть однородная информация, ведь здесь одни только названия цветов. Благодаря однородности, с одной стороны, упрощается запоминание – мы уже помним, что, кроме названий цветов, других слов здесь нет. Но, с другой стороны, в этих цветах ничего не стоит запутаться. Чтобы запомнить их было проще, можно заменить слова из списка словами-двойниками. Тогда в нашем списке будет хоть какое-то разнообразие, то есть там будут не только цветы, но и что-то еще.

Например, в этом списке слово «астра» я заменил словом «астроном», а «розу» я запомнил не как цветок, но как женское имя. Получился следующий рассказ:

> Роза (роза), жена астронома (астра), очень любила хризантемы, но ее подруга Фея (фиалка) уговаривала ее купить тюльпаны. В конце концов они поссорились и прошли мимо (мимоза) цветов, так ничего и не купив.

Посмотрите, ребята, сколько мнемонических приемов, то есть приемов запоминания (которые сокращенно мы будем называть **МП**), я применил для этого маленького списка. Первый цветок я заменил на имя. Для второго нашел слово-двойник, то есть похожее слово (астроном). Третий цветок я оставил без изменения, ведь вовсе не обязательно заменять каждое слово, мы и так уже избежали однообразия. Четвертый цветок я заменил именем, которое не очень-то похоже на слово «фиалка», но зато первые буквы у них одинаковые, а этого достаточно, чтобы при слове «фея» я сразу же вспомнил «фиалку» (этот прием напоминает мнемоническую фразу). «Тюльпаны» остались на месте, и, наконец, «мимозу» я заменил словом «мимо». Они довольно похожи, правда?

А вот еще пример однородной информации:

> Желтый, белый, синий, коричневый, фиолетовый, черный, малиновый, серый.

Можно использовать для запоминания мнемоническую фразу, но есть и другой способ. Мы сравним каждое слово с предметом (и не только с предметом) того же цвета. Например, малиновый – с малиной, серый – с волком (серый волк), черный – с ночью и так далее. И у нас получится рассказ с новыми, уже «неоднородными» героями:

> Солнце (желтый) стирало белье (белый) синькой (синий) и вдруг заметило на одежде коричневое (коричневый) пятно. Это были проделки его подруги фиалки (фиолетовый), которая носила эту одежду ночью (черный) и упала в малиновый (малиновый) куст, за которым притаился серый волк (серый).

Мнемотехника 9
Упрощенные варианты запоминания

Наша память устроена так, что ищет упрощенные варианты запоминания. Если же их нет или мы их не нашли, то приходится запоминать все как есть.

Допустим, нам задают запомнить следующий список чисел:

14, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40, 3.

Как вы их запомните? Можно, конечно, выучить наизусть или запомнить с помощью ассоциаций (как мы уже проходили: используя всевозможные сравнения, а также с помощью алфавита). Но в этом нет необходимости. Вы спросите почему? Посмотрите повнимательней на этот список. Есть ли в нем какая-либо закономерность? Подчиняется ли наш список какому-то правилу или нет? Оказывается, да. Обратите внимание на то, что, начиная с цифры 8, возрастание идет на 4, то есть каждое последующее число больше предыдущего строго на 4, и так – вплоть до 40. Поэтому нам нет нужды запоминать числа 16, 20, 24, 28, 32, 36. Вместо этого мы каждый раз просто будем прибавлять к предыдущему числу 4 и получать следующее число. Так что нам нужно всего лишь запомнить числа 14, 8, 40 и 3. Их мы запомним уже известным нам способом. И еще придется запомнить, что остальные числа (которые отличаются друг от друга четверкой) находятся между числами 8 и 40.

Видите, как мы упростили запоминание благодаря найденной закономерности?

Правда, не всегда можно найти подобные закономерности. Но бывает и так, что они есть, а мы их не замечаем. Лучше, конечно же, их находить, тогда запоминать будет намного проще.

Вот еще пример. Нужно запомнить следующие имена:

Наташа, Маша, Паша, Саша, Лилия.

Сразу бросается в глаза, что все имена, кроме последнего, оканчиваются на «ша».

Другая закономерность в том, что все имена (кроме последнего) расположены в алфавитном порядке. Получается, что только одно, последнее имя (Лилия) не подчиняется этим закономерностям. Поэтому особенное внимание мы должны уделить при запоминании именно этому имени. Облегчит запоминание тот факт, что это имя находится в конце списка. Я

представил, что

> Наташа, Маша, Паша и Саша искали-искали и наконец нашли лилию (цветок).

Нам свойственно упрощать ту или иную работу, в том числе и запоминание. И в этом нет ничего зазорного. Если у нас есть возможность пойти кратчайшим путем, то неужели мы откажемся от такой привилегии? Человечество на протяжении всей истории искало пути более быстрого и легкого достижения той или иной цели. Иначе сегодня не было бы поездов, самолетов, компьютеров и много другого. Так что, дорогие друзья, ищите более совершенные пути решения задач, а также запоминания информации.

Мнемотехника 10
Запоминаем смешанные списки

В смешанных списках может быть все что угодно: числа, цветы, имена людей, иностранные слова и многое другое. Поэтому для их запоминания нам уже не нужно добиваться информационного разнообразия: такие списки разнообразны уже по своей сути. Поэтому лучше запоминать все как есть, а если и делать какие-либо замены, то очень осторожно.

Вот пример смешанного списка:

> Камень, наука, 23, век, легенда, красный, Мадрид, Миша, хорошо, чудо, same[1] .

Чтобы его запомнить, сочиняем историю:

> Камень решил изучать науку, но после двух-трех (23) попыток понял, что для этого понадобится целый век, поэтому лучше прочитать какую-нибудь легенду. Но после легенды он стал со всем красный и начал мудрить (Мадрид) и звать Мишу на помощь. Миша пришел и сказал: «Хорошо, я сделаю чудо и помогу тебе выучить иностранное слово, ведь мы сеем (same) то же самое (самый) семя».

Заметьте, что все мои герои, в том числе и камень, живые. Они что-то делают, не сидят без дела. Обратите внимание на то, как я запомнил число 23. Я не заменил цифры 2 и 3 сравнениями, как мы это делали во время запоминания цифр и чисел. Я бы сделал это, если бы у нас были одни только числа. Но здесь, если я заменю 2 и 3, скажем, на лебедя (2) и треугольник (3), то боюсь, что вспомню не 23, а именно лебедя и треугольник. Да и зачем мне запоминать лишние слова? В любом случае во время запоминания смешанных списков нужно быть осторожнее в вопросах сравнения цифр с буквами и словами. У нас сейчас список маленький, а если он будет длинным и в нем окажется все что угодно, то какая гарантия, что мы не забудем, за какими именно словами скрываются цифры?

Довольно удачное (то есть похожее) сравнение мне удалось придумать для столицы Испании (мудрый – Мадрид). И наконец, английское слово *same* ([сэйм]) я сравнил с русским «сеем». Они тоже довольно похожи. А слово «самое» напомнило мне перевод слова *same* (самый). В моем рассказе есть также намек на

присутствие иностранного слова. Этот намек – в словах Миши, ведь он ведет речь именно об иностранном слове. И когда я вспомню эти слова, то вместе с тем вспомню и то, что в списке должно быть иностранное слово.

Если вы будете систематически запоминать смешанные списки слов, то у вас разовьется фантазия, и со временем вы все быстрее и удачнее будете находить самые лучшие сравнения для чисел, иностранных слов и много другого.

Мнемотехника 11
Запоминаем имена людей

Сможете ли вы, друзья, запомнить без зубрежки список из десяти имен? Ну, скажем, вот такой:

> Вадим, Наташа, Саша, Лена, Сергей, Павел, Дима, Оля, Даша, Маша.

Закономерностей – почти никаких. Только то, что две пары имен (после первого имени и в конце) оканчиваются на «ша» и все имена, кроме Оли, начинаются с согласной буквы.

Для того чтобы запомнить такой список, нам нужно придумать рассказ, героями которого являются наши знакомые или известные всем люди (например, актеры, юмористы, политики), носящие те же имена. Но, прежде чем придумать рассказ, я открою еще один маленький секрет. Можно подобрать слова, содержащие первые буквы имен. В нашем случае это довольно легко сделать, так как почти все имена (кроме Оли) начинаются с согласной буквы. Мы просто запомним, что только третье (если считать с конца) имя начинается с гласной буквы О. Затем мы поступим примерно так, как поступали с числами, то есть найдем слова, в которых есть первые буквы имен, начинающихся с согласных.

Вот что у меня получилось:

> Ваня слегка спугнул деда Михаила.

Здесь у нас есть два имени, но они нам служат только для того, чтобы напоминать нам первые буквы имен из нашего списка. Для того чтобы не запутаться, я установил для себя такое правило: в каждом слове только первые две согласные буквы будут напоминать мне что-либо. Так легче, потому что можно подобрать слово любой длины. Например, в слове «спугнул» мне нужны только первые две буквы, а в имени Михаил – только первая буква. Теперь придумаем рассказ, героями которого являются знакомые нам люди с теми же именами.

> Вадим приехал к своей сестре Наташе, которая была в гостях у своего одноклассника Саши, недавно искупавшегося в реке Лене, где он встретил знакомого Сергея, который все время обижал своего братишку Павла. Но Павел рассказал об этом своему другу Диме,

сестра которого, Оля, дружила со спортсменками Дашей и Машей.

Когда вы с кем-то знакомитесь и узнаете его имя, то сразу же постарайтесь вспомнить среди известных вам людей человека с тем же именем и придумайте маленькую, но интересную историю, как-то связывающую этого человека с вашим новым знакомым.

Например, я знакомлюсь с Самсоном. Тут же я вспоминаю силача Самсона из Библии. Остается «связать» этих обоих Самсонов, но только не веревками, а какой-нибудь историей. Нужно просто сравнить их. В вашем воображении (ведь о роли воображения для запоминания мы уже говорили) сравните их друг с другом (кто из них сильнее, например) или представьте, что они познакомились. Если вы это сделаете, то считайте, что надолго запомнили своего нового знакомого. Примерно так же я когда-то запомнил Эльдара.

Мнемотехника 12
Запоминаем изречения великих людей

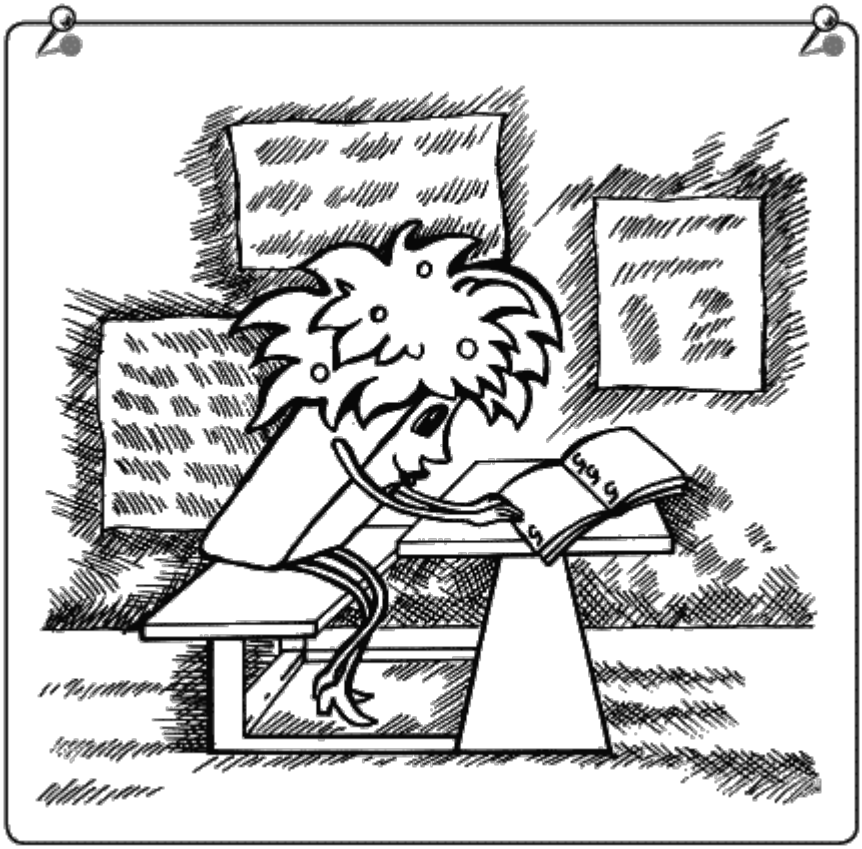
«Дайте детству созреть в детях» – эти слова принадлежат выдающемуся французскому мыслителю Ж.-Ж. Руссо.

Запомнить их очень легко: мысль выражена довольно лаконично. К тому же все слова, кроме «созреть», начинаются на одну и ту же букву «Д». Это может нам пригодиться для запоминания. Можем (на всякий пожарный случай) запастись и другими мнемоническими приемами. Например, сочинить такую фразу: «Дядя Руссо, садись!» Это уже мое «изречение», но оно напомнит мне слова Руссо.

Я представил, что еду с Ж.-Ж. Руссо в автобусе и уступаю ему место. Эту фразу я уж точно не забуду, и она будет напоминать мне (благодаря тому, что там есть слово «Руссо») слова мыслителя. Вы спросите, как именно? Очень про сто: в слове «дядя» первая и третья буквы напомнят мне начальные буквы первых двух слов. Это поможет мне быстрее вспомнить эти слова («дайте» и «детству»). Далее идет слово «садись», которое, в свою очередь, подсказывает мне слова «созреть» и «детях». В каждом слове только первая и третья буквы (они могут быть и гласные, и согласные) таят в себе подсказку. Это правило я заранее установил для себя, чтобы потом не запутаться. В случае с числами у нас в роли подсказчиков выступали только согласные буквы, поэтому мы могли использовать слова, где в начале есть две согласные. А здесь у нас в начале могут быть и гласные, правда, в нашем случае их нет. Что касается предлога «в», то я его запомнил механически.

Изречения великих людей мы всегда должны запоминать буквально, слово в слово. Если мы цитируем чью-то мысль, то никакой самодеятельности быть не должно. Иначе получится так, что мы не цитируем, а пересказываем эту мысль своими словами.

Часть 3
Как использовать мнемотехники на школьных уроках



Ох уж эти уроки

В нашей книжечке, дорогие ребята, мы учимся запоминать информацию. А на школьных уроках информация бывает разная: в виде иностранных слов, текстов, формул и т. п. Поэтому далее мы разберем, как запоминать каждый вид информации.

Но я немножечко пофилософствую, прежде чем перейти к сути дела. Причем это философствование может заложить очень полезный психологический фундамент, на котором мы потом построим здание своих знаний.

Ну что сказать об уроках? Эх, школа, школа... Первая любовь... Так, меня по-моему не туда потянуло. Есть вещи поважнее. Например, уроки, не правда ли? А любовь подождет. Впрочем, и наполеоновский размах не помешает: почему бы не соединить любовь и стремление к знаниям?

Бросая в свое прошлое мудрый орлиный взгляд, могу сказать следующее: надо учиться. Выигрывают те, кто понял это раньше. Они учатся и целеустремленно тянутся к знаниям. Они понимают, что потом могут и не успеть освоить всю необходимую информацию. Школьная пора – это золотое время. Это время посева. Лучше всего использовать его на полную катушку, чтобы после собрать хороший урожай. Очень важно вовремя накопить необходимые знания. Ведь знание – это такая капризная штука, что если упустил время, то потом можешь уже и не нагнать. Чтобы что-то узнать, усвоить, запомнить, требуется время, и пока оно у вас есть, не теряйте его зря!

Так, а теперь, после лирического отступления, вернемся к нашим баранам и зададим себе такой вопрос: можно ли применять освоенные нами мнемотехники, для того чтобы запоминать информацию, полученную на школьных уроках? Ответ на этот вопрос таков: «Да». Вот еще вариант ответа: «Ну конечно, можно. Что за вопрос!»

Однако эти два ответа, предвижу я, явно не удовлетворят дорогого читателя, пока я не изложу их суть подробнее. Это я и попытаюсь сделать.

Тексты

Тексты мы обычно либо слушаем (например, на уроке), либо читаем (например, в учебнике). Но при этом мы можем либо просто сидеть и слушать (читать), либо во время слушания (чтения) использовать всякие приемчики, чтобы этот текст хорошо запомнить.

Во-первых, не забывайте (!), что меньше всего забывается и лучше запоминается то, в суть чего нам удалось проникнуть. То есть то, что мы поняли и осмыслили. Я бы назвал процесс понимания и осмысления любого текста аналитическим запоминанием. Делайте акцент именно на таком запоминании. И к этому прибавляйте всевозможную мнемотехнику. Словом, самый оптимальный результат – это аналитическое плюс мнемоническое запоминание.

Анализ (понимание) урока + Мнемотехника = Наилучшее усвоение урока.

В качестве одной из техник мнемонического запоминания можно называть конспектирование. Это значит, что мы можем по ходу дела в тексте, устном или письменном, выделять главные мысли, основные идеи и записывать их. Конспектирование позже поможет нам более или менее удачно воссоздать в памяти весь текст. Конспектируя, мы уменьшаем объем информации, но это очень даже хорошо: ведь памяти остается меньше работы. Но уменьшение уменьшению рознь. Наша задача не просто выбрасывать какие попало части информации (среди них могут оказаться очень и очень важные), но сделать объем текста меньшим, сохранив при этом его суть.

Одним из полезнейших (с точки зрения запоминания) вариантов конспектирования является разделение текста на смысловые фрагменты. Выделив такие значимые по смыслу куски, мы можем подобрать ключевые слова или выражения для обозначения сути каждого из них. Я называю такое конспектирование мнемоническим.

Текст урока при таком подходе превратится в список слов или выражений. Каждое слово поможет вспомнить соответствующую часть текста. Ну а сам список слов мы сумеем запомнить с помощью придуманной истории, героями которой являются слова и выражения данного списка. Об этом мы уже говорили в начале книжки, когда запоминали всевозможные

списки.

Есть два варианта мнемонического конспектирования: устное и письменное. Применяйте и то и другое. Если все время конспектировать письменно, то память станет сильно зависимой от бумаги. Однако совсем без бумаги тоже нельзя, так как наш мозг вовсе не предназначен для того, чтобы заменять собой всевозможные архивы. Наш мозг устроен так, что в нем непрерывно идет процесс забывания. Значит, так надо.

Итак, слушая (или читая) урок, конспектируйте (устно или письменно), находя ключевые слова к основным мыслям урока. Но все это время ваши аналитические способности пусть будут активными. Пытайтесь понять смысл урока. Понять и далее запомнить – вот все, что нужно нам, друзья мои школьные.

Формулы математические, физические, химические

Теперь обратим внимание на всевозможные формулы. Но сначала опять же напомню вам два правила запоминания:

• Сначала нужно понять, потом запомнить.

• Чем лучше поймем, тем лучше запомнится.

Так что прежде всего нам придется понимать суть каждой формулы. Ну а как же без этого? Какой смысл без понимания запоминать формулы? Да никакого! Однако со временем формулы (которые мы поняли) накапливаются и из-за этого начинают теряться в памяти. Так что будет полезно применить кое-какую мнемотехнику для их запоминания.

Ну возьмем, к примеру, формулу суммы первых *n* членов геометрической прогрессии.

$$Sn = (b1(qn– 1))/(q – 1)$$

Допустим, мы поняли эту формулу. Но теперь хотим ее просто запомнить с помощью мнемотехники. Я набрал эту формулу с косой скобкой вместо дробной линии, поэтому и мнемонический прием (далее – МП) применяю соответствующий.

> Снова (Sn) равенство в закрытом (открывающая скобка) помещении, где первый геометрический баран (b1) стучится в дверь (закрывающая скобка), за которой у головастика в n-й степени (qn) отнимают единственную единицу (qn–1), и такую же единицу отнимают в знаменателе у головастика без степени (q –1).

Слово «геометрический» напоминает мне геометрическую прогрессию, а баран – букву *b*. А то, что во всем этом есть кое-что странное и смешное, – это тоже неслучайно, ведь странное и смешное, как ни удивительно, лучше запоминается. А это значит: чем больше странности и юмора, тем лучше запомнится.

А теперь – сумма первых n членов арифметической прогрессии.

Sn = ((a1 + an)n)/2

> МП: Первый ас (a1) и последний ас (an) арифметически полусложили свои силы (a1 + an)/2, и умножили их на n – ((a1 + an)n)/2.

Здесь я представляю двух асов (первого и n-ного), которые арифметически полусложили свои силы и умножились на *n*. Слово «арифметически» намекает на арифметическую прогрессию. Ну а асы у меня – это буквы *a,* так же как бараны связаны с буквой *b* и головастики с буквой *q*. Так мы можем заранее придумать сравнения для каждой из тех букв, которые используются в формулах. И в дальнейшем применять эти сравнения.

Теперь запомним что-нибудь из физики, например формулу удельной теплоты плавления.

$$Qпл = ?m,$$

где Qпл – количество теплоты,
m – масса тела,
? – удельная теплота плавления.

> МП: Большой плавленый головастик (Qпл) был равнодушен (=) к ламбаде (? – лямбда) в течение минуты (m).

И еще формула.
Закон Кулона:

$$Fэ = k(|q1|\ |q2|)/r2$$

> МП: Законный кулон (закон Кулона) находится в фирменном электронном (Fэ) магазине: за дверью (, где кулон стучится к квартиру, где в своих комнатах (| |) находятся первый и второй головастики (|q1| |q2|), а внизу, в подвале (/) – радиация в квадрате (/r2).

Скобки у меня обычно ассоциируются с дверями. Если имеем дело с дробью, то числитель и знаменатель могут ассоциироваться со вторым и первым этажами или же с первым этажом и подвалом.

И наконец, что-нибудь из химии – из области электрофильных реакций.

$$C6H6 + NO+2? C6H5NO2 + H+$$

> МП: Центральный (C) и Нападающий (H) со своими

шестерками (C6H6) присоединились (+) к номеру (NO) два (2) с плюсом наверху (NO+2), после чего стрелка (?) повела их к слиянию с номером, но при этом шестерка водорода ослабела и превратилась в пятерку (H5), а номер лишился плюса наверху, но в качестве компенсации за этот ущерб к ним прибавился (+) Нападающий с плюсом (H+).

Итак, я наглядно показал, что мы можем мнемонически фантазировать и в области всевозможных формул. В этом нет ничего сложного. Это дело привычки. Сначала может все это показаться чем-то странным, ненормальным, громоздким и ненужным, но потом мы убеждаемся, что такой метод хорошо действует на практике, и мы с его помощью действительно запоминаем данные формулы. Ну а если их еще и записывать, то уж и подавно будем запоминать, так как такие записи позволяют дополнительно по вто рить формулу, к тому же включают в усиленную работу зрительную память: мы ведь будем видеть записанную информацию. Так что пусть ваш мозг, дорогие ребята, привыкает к подобным запоминаниям.

Таблица Менделеева

Ну а теперь попробуем запомнить сразу всю периодическую таблицу химических элементов Менделеева.

> Водород, Гелий, Литий, Бериллий, Бор, Углерод, Азот, Кислород, Фтор, Неон, Натрий, Магний, Алюминий, Кремний, Фосфор, Сера, Хлор, Аргон, Калий, Кальций, Скандий, Титан, Ванадий, Хром, Марганец, Железо, Кобальт, Никель, Медь, Цинк, Галлий, Германий, Мышьяк, Селен, Бром, Криптон, Рубидий, Стронций, Иттрий, Цирконий, Ниобий, Молибден, Технеций, Рутений, Родий, Палладий, Серебро, Кадмий, Индий, Олово, Сурьма, Теллур, Йод, Ксенон, Цезий, Барий, Лантан, Гафний, Тантал, Вольфрам, Рений, Осмий, Иридий, Платина, Золото, Ртуть, Таллий, Свинец, Висмут, Полоний, Астат, Радон, Франций, Радий, Актиний, Курчатовий, Нильсборий.

Я не включил в этот список лантаноиды и актиноиды.

Что же мы можем сделать с этим множеством элементов? Придумать рассказ? Да, точно. И героями этого «триллера» будут элементы таблицы. Итак, поехали.

> Воду родную (Водород) смешали с Гелем (Гелий), чтобы Лить (Литий). Да, Бери и лей (Бериллий) в сосновый Бор (Бор), где из-под Угла родного (Углерод) выглядывает Азиат (Азот), причем с такой Кислой рожей (Кислород), что Вторично (Фтор) не хотелось смотреть. Но Не он (Неон) был нам нужен, поэтому мы отошли На три (Натрий) метра и попали в Магнолию (Магний), где Алю в мини (Алюминий) юбке намазали Кремом (Кремний) с содержанием Фосфора (Фосфор), чтобы она перестала быть Серой (Сера). После этого Аля взяла Хлорку (Хлор) и помыла корабль Аргонавтов (Аргон), в котором держали животных, и поэтому было много Кала (Калий), так что даже Кольцо (Кальций) загрязнилось, после чего по Кольцевой (Кальций, повторно) поплыли в Скандинавию (Скандий), где мылся Титан в Ванне один (Ванадий). Причем ванна была Хромированной (Хром), а внутрь была добавлена Марганцовка (Марганец). Так что Титан стал совсем сильным, Железным (Железо) и пошел сразиться с Коброй альтернативной (Кобальт). Но

Николь (Никель), хозяйка кобры, сказала, что у нее Медовый (Медь) месяц, и постелила Циновку (Цинк) для своей подруги Гали (Галлий), которая, однако, вскоре уехала в Германию (Германий) за компьютерной Мышью (Мышьяк) и возвратилась С Элен (Селен), так что пришлось Бронировать (Бром) номер в отеле, где Крепким тоном (Криптон) Рубил идиотов (Рубидий) направо и налево Строгий (Стронций) директор И три (Иттрий) его работника с Циркониевыми (Цирконий) браслетами, на которых была надпись: «Не убий» (Ниобий), а также записан Молебен (Молибден). Вот до чего Техника (Технеций) дошла! Но техника Рутинная (Рутений) на Родине (Родий) не может Поладить (Палладий) с Сребролюбием (Серебро), так что приходится Кадить (Кадмий) в Индии (Индий) Оловянному (Олово) солдатику, по которому Тюрьма (Сурьма) плачет. И все же некий Тейлор (Теллур) освобождает его и мажет раны Йодом (Йод), чтобы Ксению он нашел (Ксенон), тем более что Цезарь (Цезий) был в Баре (Барий), где стал Лентяем (Лантан) и Гавкал (Гафний), а также Танцевал талантливо (Тантал) под музыку Вольфганга (Вольфрам), из-за чего искРенний (Рений) Осьминог (Осмий) впЕреди (Иридий) на Плотине (Платина) Золото (Золото) и Ртуть (Ртуть) добывал, а Талию (Таллий) имел Свинцовую и Весьма утученную (Висмут). Весьма Полную (Полоний), без Остатка (Астат). И все – для Родоначальника (Радон) Франции (Франций) и Ради (Радий) Активной (Актиний) ученой деятельности Курчатова (Курчатовий) и Нильса Бора (Нильсборий).

Ну, как вам такая душераздирающая история?

Вы можете придумать свою историю – ведь все свое легче запоминается. Если же эта мелодрама кажется вам слишком громоздкой, то можете разделить ее на части и каждую часть запоминать отдельно (при этом последнее звено, то есть элемент, одной истории будет первым звеном следующей). Тогда чувство громоздко сти исчезнет. Впрочем, со временем и громоздкость перестанет вас отпугивать, так как ваши мнемонические способности будут возрастать, развиваться.

Мы можем также с помощью мнемотехники запоминать порядковые номера элементов, например.

Гафний – 72-й номер.

МП: В год моего рождения (в 72 году) гавкала

(Гафний) собака.

Мышьяк – 33.

МП: Положить мышьяк на 33-й зуб (которого нет). Или еще: две мышки (мышьяк) – троечницы (33).

Цезий – 55.

МП: Ну просто проЦеженный и ставший двойным отличником (55).

Рутений – 44.

МП: Ну, этот занимается рутинной работой, поэтому и ударник двойной (44).

Радий – 88.

МП: Ради (Радий) двух велосипедов (88).

Полоний – 84.

МП: Да, делает из 8 половину (4), потому и Полоний.

Олово – 50.

МП: К 50-летнему юбилею оловянного солдатика.

Родий – 45.

МП: в 45 году солдаты вернулись на Родину (Родий).

Марганец – 25.

МП: Опять добавили марганцовки (Марганец), опять двадцать пять!

Натрий – 11.

МП: На три (Натрий) учиться хочет Натрий, но единицы (11) лишь достались ему.

Хром – 24.

МП: Хромированная Волга ГАЗ-24.

Селен – 34.

МП: Мы говорим: «Три-четыре», и Селен Дион начинает петь.

Титан – 22.

МП: Два Титана-двоечника (сила есть – ума не надо).

Это были упрощенные варианты запоминания чисел (порядковых номеров), которые мне о чем-то говорят. А теперь – запоминание с помощью метода первых двух согласных, которые напоминают цифры.

Франций – 87.
МП: Вкалывать (87) во Франции (Франций).

Магний – 12.
МП: Тянет (12) Магнит (Магний).

Сера – 16.
МП: Серая (Сера) тушь.

Аргон – 18.
МП: «Двери» (16) корабля аргонавтов (Аргон) всегда открыты.

И т. д.

Попробуйте теперь самостоятельно. Это очень интересно, увлекательно. Еще раз напомню, какие согласные заменяют цифры в методе первых двух согласных (некоторым цифрам присвоена всего одна согласная, а некоторым – три, так что можно для справедливости отдать букву Ж тройке, а букву Р пятерке. Но это я оставляю на ваше усмотрение).

0 – С, З
1 – Т, Д
2 – Н, Х
3 – М
4 – Ч, Ц
5 – Л
6 – Ш, Щ, Ж
7 – К, Г
8 – Ф, В
9 – Б, П, Р

Иностранные слова

Львиную долю времени, которое мы тратим на изучение иностранного языка, составляет запоминание слов.

С иностранными словами дело обстоит сложнее, нежели с нашими, отечественными. Ведь когда мы слышим иностранное слово в первый раз, то оно для нас – бессмысленный набор звуков. Казалось бы, для запоминания нам ничего не остается, как вызубрить этот «набор». Но есть и другой, более легкий способ. Дело в том, что любой набор звуков можно с чем-то сравнить. То есть можно найти в нашем родном языке (или в уже известных нам языках) слово, которое будет чем-то похоже по звучанию на иностранное. Назовем его словом-двойником.

Например, возьмем английское слово top [топ] (вершина). Оно похоже на русское слово «топать». (Конечно, буквы Т и П по-английски звучат не так, как по-русски, и это мы должны учитывать при произношении этих слов.) Ну вот, допустим, мы слышим или читаем слово «топ» и узнаем, что оно означает вершину. Как же нам запомнить это слово? А вот как.

> Нужно связать друг с другом следующие информационные звенья: иностранное слово, перевод и слово-двойник. А связать их можно с помощью придуманной фразы или даже маленькой истории. В данном случае я придумал такую историю: я топал на вершине. Я представил себя топающим на вершине горы. Таким образом, я связал в одно целое (в историю) все необходимые звенья. И поэтому, когда меня спросят, как по-английски «вершина», я просто вспомню свою историю: вспомню, что я на вер шине топал. И через слово-двойник (топал) я уже выйду на слово top.

Итак, для запоминания каждого иностранного слова мы можем связать между собой три информационных звена.

Первое звено – это само слово, его звучание на иностранном языке.

Третье звено – это перевод данного слова.

И второе, промежуточное звено, которое соединяет первое с третьим, – это сравнение или небольшая история.

> Возьмем, к примеру, английское слово lazy [leizi]. Оно звучит так: лэйзи. Мы уже знаем звучание этого слова благодаря транскрипции, то есть нам известно

первое звено. Мы знаем перевод – «ленивый», то есть третье звено тоже нам знакомо. Теперь остается придумать промежуточное звено, которое свяжет первое с третьим. Для этого в русском языке (а может, не только в русском, но во всех языках, наречиях, которыми владеем) мы ищем нечто похожее на звучание этого слова lazy [leizi]. Я уже нашел: это слово «лезет». Теперь мне нужно связать слово «лезет» с переводом, то есть со словом «ленивый». И получится, что «ленивый лезет». Теперь немного приукрасим другими словами это словосочетание. «Этот Ленивый все время куда-то Лезет». Вот я и «закодировал» информацию: превратил ее в предложение, в котором в зашифрованном виде содержатся и английское слово, и его перевод, и все это в рамках маленькой истории о Ленивом, который куда-то лезет.

Теперь попробуем пройти обратный путь: с помощью нашего предложения вспомнить нужное английское слово и его перевод.

Итак, произносим фразу (второе звено): «Этот Ленивый все время куда-то Лезет».

Можно сделать и так, чтобы на первом месте в предложении было слово «Лезет», так как именно оно соответствует по звучанию первому звену. Тогда получится: «Лезет куда-то Ленивый».

Лезет (I звено, слово-двойник) куда-то Ленивый (III звено, перевод английского слова) = lazy.

Вся фраза – II звено.

Теперь – расшифровка. С помощью первого звена я вспоминаю, воспроизвожу звучание английского слова. Чем удачнее я нашел сходное слово, тем с большим успехом я вспомню правильное звучание: «Лезет» похоже на «лэйзи» (можно также использовать слово «лезвие», и предложение получится такое: «Лезвие очень ленивое»).

Таким образом, с помощью сходного слова я вспоминаю английское слово (I звено), затем вспоминаю придуманное предложение (II звено), в котором и содержится перевод (III звено).

Тот же самый метод я применяю и тогда, когда меня спрашивают, как по-английски «ленивый». Я вспоминаю свое предложение, в котором есть слово «ленивый», и в этом предложении нахожу сходное с английским слово. Здесь задействована и механическая память, так как она помогает

правильно вспомнить настоящее звучание английского слова (ведь сходное слово, которое мы назвали словом-двойником, как бы ни было сходно с английским, все же отличается от него). Но надо сказать, что для механической памяти остается совсем немного работы – вспомнить небольшое отличие между английским словом и его русским двойником.

Еще пример: английское слово *last* [la:st] – последний или в последний раз.

У нас есть первое звено *(last)* и третье (перевод). Остается связать их вторым звеном, то есть предложением, в котором есть перевод и слово-двойник. Вот оно:

Ласты я надел в последний раз.
слово-двойник перевод
last (ласты) (в последний раз)
I звено II звено III звено

Здесь слово-двойник (ласты) настолько похоже на английское last, что стыдно будет его не вспомнить. Оно буквально повторяет по буквам английское слово. Отличие только в том, что в слове-двойнике появляется буква «ы».

Теперь нас спрашивают: как будет по-английски «в последний раз» или «последний»?

Мы сразу вспоминаем наше предложение, где есть выражение «в последний раз»; через это предложение «выходим» на слово-двойник («ласты») и через него выходим на английское слово (*last*). Вот такая чудесная работа по расшифровке происходит у нас в голове.

То же самое – если спрашивают: «Что значит английское слово *last*?»

Мы вспоминаем двойника (так как в промежуточном предложении – не само английское слово, а его русский двойник), затем, соответственно, вспоминаем предложение, которое и содержит перевод.

Все предельно просто. Нужно только упражняться, и тогда такой способ запоминания станет привычным делом для памяти. И появится возможность за короткие сроки выучить (запомнить) огромное множество иностранных слов.

Конечно, в случае использования слов-двойников мы запоминаем только звучание слов, но не их написание.

Итак, мы довольно подробно рассмотрели вопрос применения мнемотехники к изучению иностранных слов. Дело в том, что если для запоминания текстов или формул нам в большей степени требуются аналитические способности (чтобы понять

прочитанное или услышанное), то в деле запоминания иностранных слов очень многое зависит от мнемонических способностей. Именно эти способности позволяют нам запомнить не один десяток иностранных слов, а в освоении иностранного языка основной показатель успешности – как раз объем выученных слов.

В качестве мнемонического усилителя я рекомендую вести тетрадь и каждый раз заносить в нее новые слова с описанием мнемотехники, которую вы применяли для их запоминания. Можно написать эти слова на альбомных или любых других листах и развесить или разложить их по всему дому. Постоянно наталкиваясь глазами на эти слова и, таким образом, все время повторяя их, вы сможете сильнее закрепить в памяти их звучание, написание и перевод.

Вообще очень полезно, изучая язык, побольше записывать. Я вот на данный момент изучаю немецкий язык. Все записываю и записываю. Записи эти нужны будут мне не только для дальнейшего применения, они приносят пользу и в тот момент, когда я их делаю: сам процесс письма стимулирует память. Поэтому по возможности все записывайте, независимо от того, вернетесь вы к этим записям или нет. А еще попробуйте писать обеими руками – это сделает процесс письма интереснее. К тому же мозг начнет работать «симметрично», используя поочередно оба полушария. (Я вообще сторонник симметричного развития. Если писать – то обеими руками. Никакого преимущества одной руке перед другой! Это полезно еще и потому, что если устанет одна рука, то на помощь придет другая. Разве это не классно? Еще бы! Я, кстати, так и делаю.)

В процессе запоминания пускайте в ход весь ваш чувственный арсенал, то есть включайте в работу все органы чувств. Запоминайте и с помощью ушей (слушайте информацию, в том числе и из собственных уст, читая или проговаривая тексты вслух), и с помощью глаз (читайте информацию, смотрите на нее), и с помощью чувств (по возможности переживайте информацию, анализируйте, резюмируйте, спорьте, удивляйтесь и т. д.), и с помощью моторно-тактильного арсенала (всевозможных жестов, движений, связанных с данной информацией, а также соприкосновения пальцев со страницами, подчеркиваний карандашом нужных строк, дат, слов и т. д.).

Да, наш мозг – уникальный орган, и все же он не может стопроцентно заменить бумагу (а также, соответственно, калькулятор, компьютер и т. п.). Ведь в нашей памяти постоянно идет процесс забывания, и это жизненно важный способ защиты, «встроенный» в нас. Так что не забывайте о книгах, тетрадях и

карандашах!

География во всей красе

Вам хотелось бы знать всю политическую карту мира наизусть? Это проще простого. Сейчас мы научимся некоторым секретам запоминания всего того, что находится на политической карте.

Допустим, мы должны выучить следующий список государств с их столицами:

1. Ирландия – Дублин.
2. Канада – Оттава.
3. Мальдивы – Мале.
4. Перу – Лима.
5. Португалия – Лиссабон.
6. Сальвадор – Сан-Сальвадор.
7. Таиланд – Бангкок.
8. Эквадор – Кито.
9. Ямайка – Кингстон.

Прежде всего мы ищем закономерности. Я нашел такие:

• Эти страны (всего их девять) расположены в алфавитном порядке.

• Из начальных букв в названии стран повторяется только буква П.

Теперь запомним все девять стран. Хорошо, если сама страна (точнее, ее название) вам знакома. Ведь одно дело – запоминать что-то уже слышанное, а другое дело – запомнить то, что слышишь в первый раз (как, например, иностранное слово). В последнем случае заучивать название страны придется тем же способом, как мы заучивали иностранные слова.

Сначала давайте сделаем сравнения со знакомыми нам словами. Например, Ирландию я заменяю именем Ира. Для меня этого достаточно, так как название страны мне знакомо и слово «Ира» мне сразу же напомнит Ирландию. Если же вы слышите название этой страны в первый раз, то можно придумать другое, более надежное сравнение или же добавить к уже придуман ному сравнению еще одно. Например, если слово «Ира» напомнит вам не все название, а только часть («Ир...»), то слово «ландыш» может напомнить остальное («...ландия»). Поэтому представьте, что Ира собирает ландыши. Обязательно при этом вообразите себе какую-нибудь вашу знакомую Иру, чтобы уж точно не перепутать это имя с другим. Ведь если вы запомнили знакомую

Иру, то никак не забудете ее имя. Потому что ваша знакомая Ира – одна-единственная во всем мире.

Вот что у меня получилось, когда я подобрал сравнения к названиям всех девяти стран:

> Ира (Ир...), собирая ландыши (...ландия), находит канат (Канада) и отдает его Мальвине (Маль...), которая удивляется, просто диву (...дивы) дается и взамен дарит перо (Перу). После этого они пошли в порт (Порту...) и искали Галю (... галия), укравшую у них сало с водой (Сальвадор), которое таяло (Таиланд). Поэтому, дойдя до экватора (Эквадор), она спрятала сало в майку (Ямайка).

В этом смешном и немного странном рассказе – все страны нашего списка в заданной последовательности. Теперь остается выучить столицы этих стран.

Столицу Ирландии *Дублин* можно запомнить с помощью вот такого мини-рассказа:

> Ира рубила дуб.

Представьте знакомую Иру, которая рубит дуб. Слово «дуб» напомнит вам слово «Дублин».

Можно и подробнее:

> Ира (Ир...) нашла ландыш (...ландия), затем срубила дуб (Дуб...) и съела блин (...блин).

Видите, как здорово: Ира + ландыш = Ирландия; Дуб + блин = Дублин. А можно и так:

> Ира ландышами рубила дуб, блин.

Классно, правда? Ведь слова «дуб» и «блин» как раз дают нам столицу Дублин.

> Канада, столица – Оттава.

Предложение:

> Канат (Канада) оттаял (Оттава).

Я представил себе ледяной канат, который начал таять у меня в руках и наконец оттаял. И все это сопровождается моим удивлением. Я удивляюсь, чтобы хорошо запомнить.

Мальдивы, столица – Мале.

Маленькие (Маль…) дивные (…дивы) молекулы (Мале).

Маленькие + дивные = Мальдивы.

Мнемоническим я называю выражение (а также предложение или историю), которое используется с целью облегчить запоминание и содержит в себе подсказку о словах, которые нужно запомнить. Для красоты сократим это словосочетание до МВ.

Перу, столица – Лима.

МВ: Я взял перо (Перу) и воткнул его в лимон (Лима).

Португалия, столица – Лиссабон.

МВ: В порту (Порту…) Галя (…галия) искала лису (Лиссабон).

Сальвадор, столица – Сан-Сальвадор.

Здесь можно использовать упрощенный способ запоминания, ведь названия столицы и страны почти одинаковы, только в названии столицы добавляется слово «Сан». Именно это мы и запомним, то есть то, что у Сальвадора одноименная с ним столица, если не считать слова «Сан». И к тому же все три слова (Сальвадор, Сан, Сальвадор) начинаются на одну и ту же букву С.

Эквадора, столица – Кито.

МВ: Кит (Кито) плавал в районе экватора (Эквадор).

Столица Таиланда – Бангкок.

МВ: Таял (Таиланд) в банке (Банк…) кок (…кок).

Банка + кок = Бангкок.

Столица Ямайки – Кингстон.

МВ: Король («Кинг» по-английски) стонет (…стон) под тяжестью майки (Ямайка).

Кинг + стон = Кингстон.

Если продолжать в том же духе, то можно выучить все страны мира с их столицами.

Заметьте, что в данном случае есть работа и для механической памяти. Например, в слове «Бангкок» есть буква Г, которая отсутствует в наших мнемонических выражениях (банка + кок). Поэтому придется механически (то есть без всяких

сравнений) запомнить, что в этом слове есть такая буква. Это несложно. Ведь пока мы не знали мнемонических приемов, то были готовы запоминать механически не то что одну букву, но все слова целиком. А теперь задача упростилась: на помощь механической памяти приходит ассоциативная, и они вместе весьма успешно работают в деле запоминания, в данном случае географических названий.

И тем не менее все равно нет стопроцентной гарантии, что мы теперь ничего не забудем. Дольше всего в памяти хранится активная информация, то есть та информация, которая как-то используется нами в дальнейшем. Ну а пассивная информация (к которой мы не обращаемся) постепенно тает, «растворяется» в недрах памяти. Впрочем, из этого правила бывают и всевозможные исключения.

Теперь давайте поговорим о географической информации, требующей исключительно мнемонического подхода – когда понимать особо нечего, но запомнить надо.

Это, например, высота вершин гор, глубина впадин и прочие координаты. Что там понимать? Вершина, да и все тут. Столько-то метров над уровнем моря. Надо запомнить. Или площадь территории той или иной страны. Да, тут анализировать нечего, надо просто запоминать. Как это сделать, я сейчас покажу.

> Вот государство Панама, площадь – 77,08 тысячи кв. км. Ну давайте применим какую-нибудь мнемотехнику. Я сразу замечаю, что цифра 7 выглядит так, как будто она надела панамку (7). Давайте округлим, отбросим эти 08 и оставим только две семерки с панамками (панамки будут напоминать нам Панаму). Ну а тысячи квадратных километров – это само собой разумеется. Ведь сто – это было бы слишком мало, а сто тысяч или миллион – многовато для площади Панамы. В общем, две семерки с панамками. Вот и все: площадь осталась в нашей памяти.

Просто и красиво, не правда ли? Вот что делает мнемотехника! Такие вот чудеса техники, понимаешь!

Еще пример.

> Гора Мак-Кинли, высота над уровнем моря – 6194 м.
>
> МП: Мак Кинули (Мак-Кинли) в жуткую (61) бочку (94).

Даты и события. Короче, история

С исторической информацией дело обстоит примерно так же, как с географической. (Я имею в виду ту информацию, для запоминания которой нам потребуется применять мнемотехнику – например, для запоминания всевозможных дат.) Здесь имеют место следующие информационные звенья: название события и дата. Или наоборот: дата и событие.

Чтобы запомнить эту связку, находим какое-нибудь ключевое слово или придумываем выражение, которое напомнит нам данное событие. Затем нужно будет связать это звено со следующими звеньями, которые уже помогут нам запомнить собственно дату.

Дату можно запоминать по-разному. Если дата совпадает (или близка по времени) с каким-то другим известным нам событием, то, считайте, нам повезло! Такой вариант я называю упрощенным запоминанием. Если же такое событие найти никак не получается, то используем уже известные нам методы запоминания чисел.

Приведу пример.

> 17-18 марта 1970 года произошел государственный переворот в Камбодже. Этот год (1970) близок к году моего рождения (1972). И мне остается лишь запомнить, что незадолго до моего рождения произошел переворот в Камбодже. А месяц и числа я бы запомнил так: 9-10 дней спустя после женского праздника произошел переворот в Камбодже.
>
> Ну вот, а теперь соединим: за пару лет до моего рождения (то есть в 1970) и 9-10 дней спустя после женского праздника (то есть после 8 марта) произошел государственный переворот в Камбодже. А чтобы запомнить, что переворот произошел именно в Камбодже, а не в другой стране, можно найти похожее слово. Например, компот. А если еще и добавить предлог «же», то будет вообще супер: компот же (очень похоже на Камбодже). И ко всей этой маленькой и легко запоминающейся истории добавить: и по этому случаю все пили компот. Или: компот же пили именно по этому случаю в Камбодже.
>
> Вот и все, после этого я уже не забуду, в каком году и какого числа произошел этот переворот и где именно он произошел.

Учтите, однако, что нужно тренировать свою фантазию, чтобы иметь возможность каждый раз придумывать удачные ассоциации. Но, с другой стороны, чем больше вы придумываете историй, тем интенсивнее развивается ваша фантазия.

Если же не удалось нужную дату привязать к какой-то уже известной вам дате, то применяем варианты запоминания чисел.

Вот пример.

> 24 сентября 1968 года – принятие в ООН Свазиленда. Итак, ООН можно заменить на местоимение «он» (очень похоже), ну а слово «Свазиленд» довольно похоже на «вазелин». Так что у нас уже есть два мнемонических звена: он и вазелин. Идем дальше. Сентябрьской ночью… Слово «ночью» таит в себе число 24 (по методу первых двух согласных). Остался год 1968. Дуб (19), шеф (68). А теперь соединим всю эту мнемоническую глупость в одно целое: дуб-шеф – сентябрьской ночью он вазелином намазался. Я стараюсь сохранить очередность, которая поможет мне не перепутать одно с другим. В начале я поставил год, потом месяц и число, а потом – суть события.

Так как в разные годы в ООН вступали разные страны, то эту информацию вы можете где-то записать отдельно, озаглавив ее, например, так: «Вступление разных стран в ООН».

А вот еще пример.

> День штурма Бастилии (крепости, а затем тюрьмы во Франции) – 14 июля 1789 года. Как же это запомнить с помощью мнемотехники? Я сразу же замечаю, что Бастилию взяли в середине лета. О, в такую жару! Почти в середине лета – 14 июля. Ну а год – просто прелесть: все цифры идут по возрастанию, если не считать единицы (последние три цифры – 7, 8, 9). Вот и здорово. Я уже запомнил эту дату и теперь вряд ли смогу забыть. Мне достаточно вот этого предложения: Бастилию взяли почти в середине лета (14 июля), в год, в котором после единицы (1) идут три цифры в порядке возрастания (7, 8, 9), то есть в 1789 году.

Итак, для лучшего запоминания исторической информации я рекомендую:

• вести хронологическую тетрадь и записывать в ней события с датами и мнемоприемы, которые вы применяли, чтобы запомнить эти события и даты;

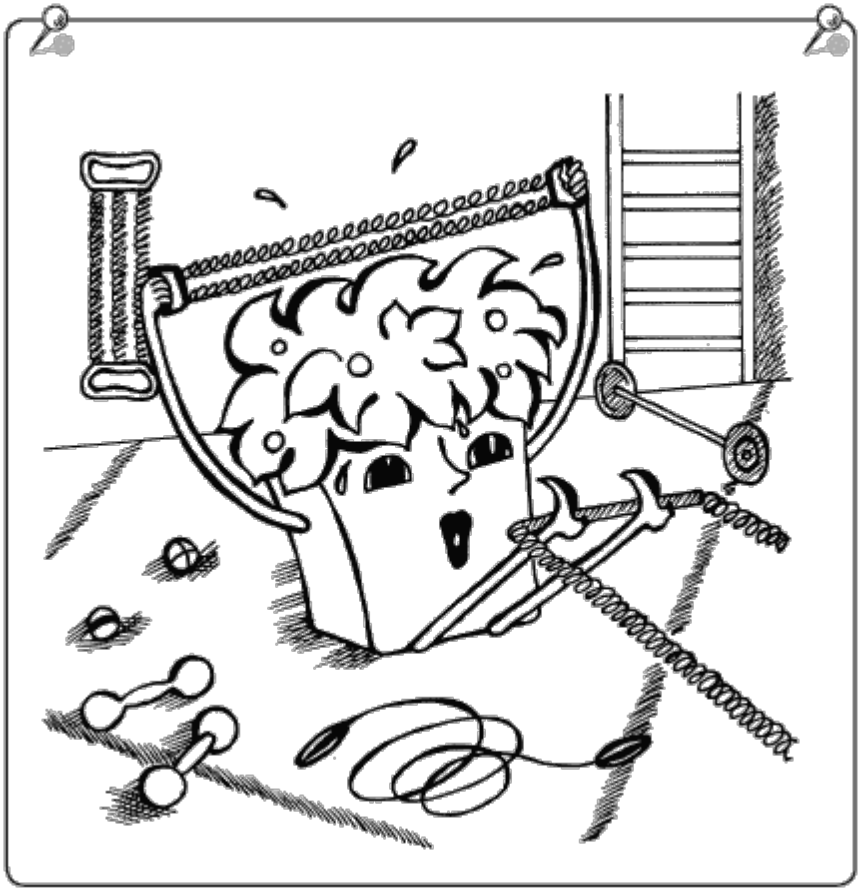
• группировать информацию по разным признакам (например, дата получения независимости, вступления в ООН, переворота и т. д.).

При таком мнемоническом выделении, обособлении информации она не смешивается ни с какой другой и не тонет в море прочих сведений.

Вообще, такие мнемонические тетради я советую иметь для многих (если не для всех) школьных предметов. Впрочем, это не освобождает нас от необходимости тренировать нашу память, используя разные мнемотехнические тренажеры.

А теперь перейдем к следующей части книги, где нас ждут практические занятия, которые помогут и в изучении языков, и во многом другом.

Часть 4
Добро пожаловать в мнемонический тренажерный зал



Запоминаем простые слова

Итак, добро пожаловать, дорогие друзья, в практическую часть моей книжки о памяти!

Или: «добро пожаловаться» в мнемонический тренажерный зал! Welcome!!!

Здесь мы опять встретимся с разными видами информации, о которой идет речь на разных школьных предметах, но теорию уже разводить никто не будет. То есть мы начнем конкретно тренировать нашу память на запоминание этих видов информации.

Но сначала «разогреем мышцы» – попрактикуемся в запоминании простых и сложных слов.

Начнем с запоминания списков простых слов.

Давайте вспомним, что мы называли простыми словами. Простое слово – это слово, которое обозначает конкретный предмет, и его (этот предмет) легко себе представить. Ну, например, слово «стол». Довольно просто представить, что оно означает, не правда ли? Особенно если на этом столе много всяких съедобных вещей. Так давайте именно так и сделаем: запомним стол и все вкусное на нем, что можно есть и пить.

К примеру, составим вот такой «съедобный» список и попробуем его запомнить:

> Стол, торт, мороженое, чай, кофе, сахар, печенье, варенье, клубника, сок.

Ну как? Вкусно, правда? Конечно, вкусно все, кроме самого стола. И как бы вы, дорогие ребята, запомнили это список? Что касается меня, то я бы запомнил его вот так:

> Мы подошли к Столу с Тортом и Мороженым. И не знали, с чего же начать, но вскоре отдали предпочтение сначала Чаю, а потом Кофе с Сахаром и Печеньем, на которое намазали Варенье из Клубники, после чего выпили Сок.

Запомнили? Думаю, что без проблем: вкусные списки очень легко запоминать. А как насчет «невкусных» списков? Вот, например, этот, ну совершенно невкусный список слов:

> Дождь, слякоть, болото, носки, галстук, рыбий жир, крахмал, тетрадь, клей, солнце.

Ну, как вам такой список? Вкуса никакого, правда? А ведь иногда приходится запоминать и такие вот невкусные вещи. Давайте попробуем сочинить историю с этими словами. У меня получилось вот что:

> В Дождь и Слякоть я пошел в Болото, чтобы помыть свои Носки и Галстук. А мыл я их Рыбьим жиром с Крахмалом, после чего приклеил их к Тетради с помощью очень хорошего Клея, чтобы все это сушилось на Солнце.

Это глупо и смешно, правда? Но в этом-то как раз и весь секрет! Ведь глупое и смешное очень хорошо запоминается. А если память так любит глупое и смешное, то почему бы не исполнить этот каприз нашей памяти?

Итак, уважаемые ребята, чтобы лучше запомнить список слов, постарайтесь придумать очень глупый и очень смешной рассказ, в котором будут использованы все эти слова. Клянусь, что потом этот рассказ вам будет тяжело забыть, настолько он врежется в память. Здорово, правда?

А теперь попробуйте выполнять задания самостоятельно. Вот еще список, тоже невкусный, но более сносный, чем предыдущий:

> Дверь, класс, звезда, урок, день, автобус, магазин, игра, полотенце, деньги.

Попробуйте придумать с этими словами какой-то рассказ, чтобы запомнить список, а потом проверьте, в нужной ли последовательности вы его запомнили. Для этого, когда будете по памяти повторять слова, закройте список в этой книге листом бумаги и, произнеся очередное слово, открывайте его, отодвигая бумагу чуть вправо. И так – до конца списка. Но только во время проверки список должен быть надежно закрыт, чтобы вы не могли случайно увидеть следующее, еще не названное вами слово.

Кстати, этот список я бы запомнил вот как:

> Я открыл Дверь и вошел в Класс. Но за партой сидела Звезда и слушала Урок. Так прошел весь День, после чего мы сели в Автобус и пошли в Магазин купить Игру. Но сначала мы купили Полотенце, а на игру не хватило Денег.

Очень легко запоминается, правда ведь?

Но! Для тренировки памяти нам надо постепенно увеличивать количество слов в наших списках. Поэтому давайте

попробуем запомнить следующий список, состоящий уже из двенадцати слов.

> Компьютер, дорога, клуб, книга, шкаф, брюки, бутылка, телевизор, стрелка, ручка, вода, луна.

Попробуйте составить историю, не нарушая последовательности слов, соответствующей нашему списку.

У меня получилось вот что:

> Компьютер шел по Дороге в Клуб и нашел там Книгу, которую положил в Шкаф, где были Брюки с Бутылкой в кармане. Бутылку компьютер положил на Телевизор, после чего на последнем появилась Стрелка, указывающая на Ручку, которая была в Воде, в которой отражалась Луна.

Вы, дорогие ребята, можете придумывать собственные списки, а затем запоминать их. А также можно запоминать списки, придуманные вашими друзьями и знакомыми. (Я в свое время любил удивлять друзей, запоминая списки слов любой длины, придуманные ими.) Каждый раз, запоминая подобные списки, мы тренируем память.

Я надеюсь, вы уже понимаете, что память ох как пригодится вам в жизни. Очень многое зависит от памяти! Так что не ленитесь упражнять память. Перед человеком, имеющим хорошую память, открывается много новых возможностей, а становится память хорошей в основном в результате тренировок. Плюс к этому – надо хорошо питаться: есть многое из того, что было в первом «вкусном» списке, а также иногда и кое-что невкусное, да хотя бы тот же рыбий жир из второго «невкусного» списка, если нужно. А также старайтесь вести здоровый образ жизни, чтобы всякие вредные привычки не тормозили работу памяти. Занимайтесь физкультурой, спортом – в общем, укрепляйте здоровье, чтобы и память была здоровая и сильная.

А теперь – еще один список, но уже из пятнадцати слов. Все они означают простые и знакомые вам вещи, которые легко представить.

> Радуга, снег, луч, песок, море, мост, лес, страница, телефон, кошка, кнопка, паркет, одеяло, брюки, сумка.

Запомните его, составив рассказ, и проверьте, правильно ли и в нужной ли последовательности вы все запомнили.

Ну и наконец, я приведу еще несколько списков слов для

вашего запоминания.

1. Стол, ручка, карта, рука, туфли, птицы, снег, гора, верхушка, деньги.

2. Канат, солнце, нора, крыло, картон, чернила, камень, грибы, велосипед, снегоход, дом.

3. Вишня, книжка, одежда, дерево, стол, крыша, страница, треугольник, дверь, мышка, телевизор, картина.

4. Ложка, кнопка, скрепка, паркет, текст, одеяло, луч, голос, магнитофон, муравей, работа, лодка, пакет.

5. Медаль, ковер, корабль, крышка, кофе, стая, планка, песок, урок, корень, рубанок, земля, речка, фартук.

6. Минерал, дама, свет, очки, одежда, цветы, страница, собачка, папка, чемодан, самолет, чай, крыло, блокнот, шоколад.

7. Помидоры, машина, асфальт, снег, трава, камень, бумага, свеча, словарь, железо, экран, ящик, стоматолог, язык, буква, скала.

8. Газ, море, окно, вулкан, сапоги, ручка, учебник, крыша, тоннель, тучка, свеча, цветок, цапля, колесо, кузов, доска, ярлык, страна.

9. Конфета, этаж, касса, аккумулятор, коврик, лист, писатель, кассета, класс, комбайн, перекресток, форточка, формула, лампочка, луна, брошюра, море, листья, кислород.

10. Луг, алюминий, трава, болото, колбаса, лепесток, карандаш, клавиша, древесина, минута, пианино, встреча, палка, сок, кора, дым, роса, ролик, сахар, кошелек.

Запоминаем сложные слова

Ну а теперь перейдем к словам сложным, то есть к обозначающим такие понятия, которые нам не всегда легко представить в своем воображении. Для начала попробуем запомнить вот такой вот список:

Сила, стремление, усталость, даль, достижение.

Ограничимся пока только этими пятью словами. Итак, принцип запоминания тот же: надо придумать рассказ, где каждое слово из списка стало бы неким героем, участником этого рассказа. Но как же представить силу? А стремление? А усталость, даль, достижение? Вот в этом и вся сложность. Но безвыходных ситуаций не бывает: например, силу мы можем представить в виде чего-то или кого-то сильного-пресильного. Ну вот и представим себе сильного человека. А наша память потом вспомнит, что нам нужен не сам человек, а именно сила этого человека. Видите, все просто. Далее, представим, что этот человек имеет какое-то стремление, но вскоре после этого стремления у него появляется усталость, так что он уже не может идти вдаль, чтобы прийти к достижению. Видите, оказывается, все не так уж и сложно. Так что давайте попробуем запомнить еще что-нибудь в этом роде.

Ну, например, вот такой вот список, уже из шести слов:

Любовь, надежда, падение, ходьба, наука, атмосфера.

Попробуйте запомнить этот список, придумав свой рассказ, и только потом прочитайте, как это получилось у меня.

Запомнили?

А у меня получилось вот что.

В Любви всегда есть Надежда, но есть и страх Падения, и поэтому очень полезно заниматься Ходьбой и Наукой в земной Атмосфере.

Глуповато, конечно, но ничего страшного. Я ведь уже говорил, что глупое очень хорошо запоминается. Именно с помощью подобных глупостей некоторые стали чемпионами мира по запоминанию. А если они стали чемпионами, то это уже серьезно. Поэтому я бы назвал эти мнемонические глупости очень серьезными глупостями. Являясь, с одной стороны,

бессмысленными глупостями, они, с другой стороны, становятся мощнейшим стимулом для работы памяти. Память начинает под воздействием этих глупостей работать так, что мало не покажется. Как же не воспользоваться этим для плодотворной работы памяти! Я уже не говорю о том, что все эти глупости и весь этот мнемонический юмор очень хорошо отражаются на нашем настроении. А еще эти упражнения развивают нашу фантазию, ведь мы все время что-то сочиняем и придумываем – новые рассказы, новые сюжеты.

А теперь – еще один сложный список, но уже из восьми слов:

> Доброта, находчивость, свет, магнит, движение, время, способность, усилие.

Сначала попробуйте запомнить сами. Если будут ошибки, ничего страшного. Если тренироваться, постепенно ошибок будет становиться все меньше и меньше.

А у меня получилось следующее:

> Доброта нуждается также в Находчивости, чтобы быть ближе к Свету, после чего, как от Магнита, начнется Движение во Времени. Но движение остановится, если не развивать в себе Способность делать Усилие.

На этот раз получилось не так уж глупо, правда? Хотя я бы предпочел что-нибудь более глуповатое, необычное, смешное. Но и так вполне себе ничего.

Память остро реагирует (а значит, хорошо запоминает) на все необычное, нестандартное (смешное, глупое и т. п.), и наоборот, память плохо реагирует на все обыденное, ставшее привычным.

Поэтому от того, насколько удачно мы приправим запоминаемую информацию юмором и необычностью, зависит то, насколько удачно, легко и быстро мы все запомним.

Когда нам удается приправить информацию чем-то нестандартным или смешным, наша реакция на эту информацию становится похожей на то, как бы мы отреагировали, если бы увидели знакомого человека в совершенно необычной одежде. Мы ведь сразу обратим на него внимание, хотя до этого мы его часто видели и уже привыкли к нему. А тут вдруг он предстал перед нами в необычном свете. Ну вот, то же самое происходит с информацией: мы ее «одеваем» в необычные одежды (юмора, глупости и т. п.), после чего наша память как бы открывает глаза (или уши) и по-другому воспринимает увиденное (услышанное), а значит, надолго сохраняет эту информацию.

Теперь – еще один список, уже из десяти слов:

> Полет, загадка, чтение, скорость, космос, стандарт, страна, смысл, смелость, цель.

Вот мой рассказ:

> Я решил совершить Полет, но сначала надо было разгадать Загадку. Так что пришлось заняться Чтением этой загадки. Потом я развил Скорость и полетел в Космос, но там все было так стандартно, что я устал от этого Стандарта и вернулся в свою Страну, чтобы искать Смысл. Так что пришлось набраться Смелости, чтобы достигнуть Цели.

Также полезно запоминать смешанные списки слов, где есть и простые, и сложные слова.

Вот пример такого списка.

> Вода, магнитный, жажда, раздумье, карандаш, горизонт, коробка, негатив, освобождение, интеллект, старт, бумага, стол.

Запомните его уже известным вам способом.

А теперь я приведу для тренировки несколько списков сложных слов. Запомните первый список, по памяти повторите его, а затем сделайте то же со вторым. Затем повторите один за другим сразу два списка: сначала первый, потом второй. Потом добавьте к ним третий, и так до конца. В конце концов, попробуйте повторить по памяти друг за другом все списки (не подглядывая). Если сразу не получится, то ничего страшного. Главное – пытаться это делать. Со временем будет получаться лучше и лучше.

> 1. Загадка, разум, вселенная, легенда, костлявый, родственный.
> 2. Одинокий, счастье, недостаточный, объемный, простой, вместимость, двоякость.
> 3. Ослиный, тамошний, волнистый, ловкость, реваншизм, натуральный, пластический, косматый.
> 4. Правда, новость, стройка, стекловидный, право, умение, навык, ехидный, хам, способный.
> 5. Талант, прямолинейный, семинар, умный, начальник, удар, траектория, ликование, праздник, вертолет, разгадка, цифровой.

Запоминаем тексты

Как мы уже с вами знаем, именно из текстов мы получаем основную часть информации на школьных уроках. Рассказ учителя на уроке о том или ином событии можно назвать текстом. И то, что написано в школьных учебниках, тоже текст. (Конечно, было бы проще, если бы учитель произносил списки слов, и в учебниках бы сплошными рядами шли списки простых или сложных слов... Но нет, везде тексты, причем не в стихотворной, а в прозаической форме. Такая вот сплошная проза жизни, понимаешь. Но неплохо было бы научиться запоминать с ходу эту прозу.)

Лично я – за то, чтобы в деле запоминания текстов работали и развивались два вида памяти: механическая и ассоциативная. Что я имею в виду?

Можно запоминать тексты механически (включая механическую память), то есть просто слушать или читать, не применяя никаких мнемонических приемов, а затем пытаться пересказать услышанное или прочитанное.

А можно, слушая учителя или читая учебник, применять разные мнемонические хитрости (подключать ассоциативную память). Например, разбивать текст на смысловые фрагменты и каждый фрагмент обозначать каким-нибудь словом, которое будет нам напоминать, чему, собственно, был этот кусочек текста посвящен. А поскольку урок не что иное, как текст, состоящий из логически связанных между собой фрагментов, то в конце концов у нас получится список слов, каждое из которых будет как бы зацепкой, с помощью которой мы вспомним соответствующий фрагмент текста.

(Разумеется, вспомним не дословно, а по существу. То есть пересказывать его мы будем своими словами, и это большой плюс прозаических текстов, в отличие от текстов стихотворных или списков слов, где надо запомнить все слова, причем в заданной последовательности.)

Но учтите, что слова, которыми вы обозначаете тот или иной фрагмент текста, должны его очень точно характеризовать. То есть, взглянув на любое слово из списка, мы сразу же должны вспомнить, о чем шла речь во фрагменте, связанном с этим словом. Эти слова являются ключом ко всему тексту, поэтому я называю их ключевыми.

Лично я пользовался этим мнемоническим приемом не раз, когда учился в институте. Конечно, сначала я весь учебный материал читал (или слушал), анализировал и разбирался в сути

вопроса. Но этого все равно для учебы недостаточно, материал надо еще и запомнить (иначе как же сдавать экзамены?). Понять – это одно, а запомнить – это другое, хотя понимание и запоминание и взаимосвязаны друг с другом. Но бывает и так, что понимаешь, но забываешь. Поэтому я и говорю, что понять и запомнить – это разные понятия.

Ну так вот, обычно я вдумчиво читал весь текст и, когда понимал, что неясных мест в нем для меня не осталось, находил и записывал для отдельных фрагментов данного текста ключевые слова (иногда это слова я брал прямо из данного фрагмента). В результате у меня получался список ключевых слов. Ну а списки – и простых и сложных слов – запоминать я уже умел.

Ну вот, я заучивал этот список. И, когда меня вызвали к доске, излагал любую тему очень хорошо, потому что в памяти прокручивал свой список и, закончив пересказывать один фрагмент, переходил к другому, вспоминая очередное ключевое слово. Разве не здорово?! Это было красиво, и мне ставили отличные оценки.

Кстати, фрагмент текста – это необязательно абзац. Абзацы иногда бывают довольно большие, объемные, так что из них может получиться несколько фрагментов. Если же абзац маленький, то можно его превратить в один фрагмент и найти к нему ключевое слово.

В самом начале этого раздела я говорил, что в деле запоминания текстов работать должны два вида памяти: механическая и ассоциативная. А сейчас я эти слова хочу превратить даже в важное мнемоническое правило:

Наилучший мнемонический результат – это следствие совместного использования механической и ассоциативной памяти.

Поэтому полезно учить наизусть, заучивать, просто запоминать разного рода информацию.

А иначе наша память станет избалованной и не захочет ничего запоминать просто так, механически, а всегда будет ждать, какую же технику запоминания мы используем на этот раз. Но это тоже крайность, потому что в жизни (и на уроках тоже) зачастую приходится применять именно механическую память, то есть просто запоминать материал (один из вариантов – учить наизусть). Так что тренируйте и эти механические способности памяти.

Я сейчас приведу кусочек текста, который постарайтесь

просто запомнить и пересказать, без всякой техники.

Лень на запоминание

Мнемонические процессы довольно психоемкие. Именно поэтому многим из нас лень учить что-нибудь наизусть. Но иногда это нужно. Я уже не говорю о школах и других учебных заведениях, в которых без мнемонических навыков про сто не обойтись. Гораздо легче анализировать, ломать голову, размышлять, нежели запоминать. Впрочем, смотря кому. Кому-то легче выучить наизусть, чем понять и анализировать, а кому-то наоборот: лишь бы не зубрить (лень). Да, да, это тоже одно из проявлений лени, которую я в данном случае называю мнемонической. Эта лень формируется в результате соответствующего образа жизни, которую можно назвать так: АМОЖ (антимнемонический образ жизни). Однако спешу напомнить дорогому читателю, что этот вопрос я затрагиваю в свете проблемы преодоления лени. Ведь наша жизнь может сложиться так, что нам вовсе и не нужно иметь хорошую память и, соответственно, развивать ее. Однако в этом случае мы упускаем уникальный шанс поквитаться с ленью, с достойным противником. В данной книжке я затрагиваю этот мнемонический вопрос именно в свете проблемы лени. Так как запоминание – довольно нешуточное и психоемкое дело (собственно, поэтому лень и проявляется в этом деле так отчетливо и ярко).

Ну, как вам фрагмент из моего произведения?

Смогли пересказать с первого раза? Он как раз о мнемонической лени, то есть о лени на запоминание. Прочитайте его еще раз и снова перескажите.

Вы заметили, что с каждым следующим повторением мы лучше запоминаем. Уроки тоже надо так учить: читать один-два-три раза, до тех пор, пока не сможем пересказать, не упустив важных моментов в данной теме.

А теперь – еще один фрагмент из той же «оперы». Но на этот раз постарайтесь читать и размышлять одновременно. Также попробуйте не согласиться с чем-то и выразить свое недовольство какой-то мыслью. Это очень хорошо стимулирует память. Да-да, когда читатель ругает автора, то память (читателя, а не автора!) в это время особенно хорошо работает.

Приступая к заучиванию информации (особенно через «не хочу»), мы оказываемся на ринге с соперником

по имени Л-е-е-е-е-е-е-ень-нь-нь и фамилией – Мне-моническая-я-я-я. Правильнее тогда назвать ее соперницей.

Для школьников и студентов – масса возможностей сразиться с мнемоленью. Ведь им, хочешь не хочешь, надо учить уроки и лекции. Не только учить и понять, но и запоминать. Ну так вот, пусть они подключат к этому делу (к учебе) азарт соперничества с ленью. Этот азарт станет мощным дополнительным стимулом к тому, чтобы учить (запоминать) уроки. Ведь появляется новая (помимо прочих) цель – побеждать лень. Так что одним делом (тем, что учим уроки, лекции) они ловят двух, а то и трех зайцев (становятся умнее, угождают системе оценок (давно устаревшей) и сопротивляются мнемолени, а значит, и лени вообще).

А теперь перейдем к конкретным мнемоническим упражнениям.

Ну как? Поругали в каких-то вопросах автора? И правильно сделали, если поругали. Память от этого только выигрывает. И наоборот, память проигрывает, если читать монотонно и равнодушно.

Продолжаем дальше изучать текст о мнемонической лени. В следующем кусочке мы столкнемся с пунктами (смысловыми фрагментами) – их всего шесть. Надо сказать, что именно деление на пункты в данном случае будет облегчать запоминание. То есть смысловые фрагменты уже готовы и ждут подбора к ним ключевых слов. В нашем случае все пункты повествуют о вариантах запоминания слов, текстов и фрагментов из жизни. Итак, поехали.

1. **Механическое запоминание слов.** Составьте список слов и запомните его наизусть. Прочитайте первых два-три слова и повторите их, затем добавьте еще пару слов и снова повторите все сначала. Так добавляйте каждый раз по слову или по два слова и повторяйте список с начала, до тех пор, пока весь список не будет запомнен.

2. **Ассоциативное запоминание списка слов.** Составьте список слов (для начала – простых слов, легко представляемых в воображении) и составьте рассказ, в котором эти слова будут как бы героями сюжета. Затем, проигрывая придуманный сюжет в памяти, вспоминайте задействованные в нем слова из списка в той же последовательности. По мере мнемонического развития (то бишь развития памяти) можно усложнять эти списки

количественно (более длинные списки) и качественно (более сложные слова).

3. **Запоминание стихотворений**. Здесь объяснять особо нечего. Просто запоминайте стихотворения. Это дело упрощается благодаря ритму и рифмам.

4. **Механическое запоминание текстов**. Я имею в виду не стихотворные тексты. Здесь дело обстоит сложнее. Так как нет ни рифмы, ни стихотворного ритма (которые помогают вспомнить очередное слово).

Прочитайте первое предложение текста и попробуйте пересказать его, не меняя ничего в этом предложении. Если не получилось с первого раза, прочитайте предложение еще раз и снова попробуйте пересказать буквально. Затем то же самое сделайте со вторым предложением. Затем повторите наизусть оба предложения. Далее приступайте к третьему. И так до тех пор, пока весь текст не будет выучен наизусть.

5. **Ассоциативное запоминание текстов**. Делим текст на маленькие фрагменты и для каждого из них подбираем ключевое слово, благодаря которому мы могли бы вспомнить данный фрагмент. Так наш текст превращается в список ключевых слов. Ну а список запоминаем так, как в первом или во втором упражнениях. Затем, вспоминая список, мы с каждым ключевым словом вспоминаем соответствующий фрагмент текста.

Ученики и студенты могут попробовать выучить урок или лекцию именно таким образом. А если еще и зажгутся желанием побороться с ленью, то одним стимулом станет больше. Другой стимул в том, что развивается память при каждом запоминании.

Подробнее о мнемонических упражнениях я рассказываю в моих книжках о развитии памяти («Память. Секреты и механизмы», «Десять прекрасных тренажеров для развития памяти» и «Тренируем дет скую память»). Здесь же, в этой книжке, я затрагиваю некоторые упражнения, но уже не столько с целью развития памяти, сколько для преодоления лени.

От памяти очень многое зависит. Память, я бы сказал, довольно судьбоносна. Многое в нашей жизни может зависеть от того, будем ли мы знать ту или иную информацию или нет, выучим ли мы ее или поленимся и пострадаем из-за мнемонической лени.

Другое дело, если жизнь сложилась так, что нет

особой необходимости что-либо учить и подвергаться проверке знаний время от времени. Но, как бы то ни было, мнемонические упражнения требуют особой психической мобилизации сил (и поэтому часто бывает просто лень), а это значит, что данные упражнения, кроме памяти, развивают и антиленивые навыки.

Ну и напоследок еще одно оригинальное упражнение. В свете моей книжки оно оригинально тем, что его очень лень выполнять. Через некоторое время вы просто забросите данное упражнение. Впрочем, исключения, конечно же, бывают. Может быть, кому-то это упражнение полюбится (любовь – сильнейший стимул против лени) настолько, что оно будет выполняться почти каждый день. Но и любовь иногда проходит. И тогда приходится «толкать» данное дело вперед с помощью других стимулов (скажем, необходимости).

6. **Вспомните прожитый день**. Вспомните его последовательно, начиная с момента пробуждения и заканчивая тем временем, в котором вы находитесь. Это можно сделать, например, перед сном, особенно если не спится. Или в любое другое время. Итак, вспомните в подробностях (насколько получается) день: как проснулись (можно также попытаться вспомнить сновидения, если они были), что было до завтрака, что ели за завтраком, что было после, до обеда и т. д. Если слушали музыку, то какую именно. С кем встречались, о чем говорили и т. д.

Ну вот, приехали. Теперь подберите ключевое слово для каждого из этих шести пунктов и запомните получившийся список из шести ключевых слов. И каждый раз, вспоминая очередное слово из списка, пытайтесь восстановить в памяти как можно больше информации из соответствующего фрагмента. Когда почувствуете, что вспоминать больше нечего, то переходите к следующему ключевому слову, и так до конца, то есть до шестого ключевого слова.

А теперь я приведу последнюю часть фрагмента из моего сочинения о лени. Всего три абзаца, все маленькие, поэтому каждый из них можно считать смысловым фрагментом. Так что подберите ключевые слова для каждого абзаца. Поехали.

Если часто практиковать (особенно через «не хочу») это упражнение, то будет развиваться не только память, но и антиленивые навыки (и воля в придачу).

Для успешной борьбы с ленью нужно радоваться каждому «не хочу» как очередной возможности пройти через это «не хочу», тем самым пройдя через лень и выйдя победителем (радость – это стимул, поэтому, радуясь, мы добавляем еще один стимул к уже имеющимся). И чем больше таких «встреч» с «не хочу», тем больше тренажеров для развития антиленивого навыка. А «не хочу» бывают самые разные из самых разных сфер жизни. Так что тренажеров хватает.

Добро пожаловать в великолепный тренажерный зал с названием «Не хочу». Это прекрасно оборудованный (самыми различными нежеланиями, самыми разнообразными «хочу, но надо») психологический зал. А тренажеры самые что ни на есть разнообразные: «не хочу, но надо», «устал, но буду продолжать» (но – в пределах, не опасных для здоровья), «хочу, но воздержусь» (этот тренажер больше годится для развития непосредственно воли, ну а воля в деле развития антиленивого навыка имеет не последнее значение), «хочу делать одно, но надо делать другое», «хочу работать, но надо оторваться от дела», «хочу делать что-то одно, но надо успеть сделать многое» и т. д.

Кстати, для смысловых фрагментов можно подбирать не только ключевые слова, но и ключевые выражения, хотя в этом случае запоминать будет чуть сложнее, нежели в случае со списком из ключевых слов. А можно и смешанные списки составить, где есть и слова, и выражения. Итак, для ранее приведенного фрагмента можно подобрать следующие ключевые слова: не хочу, воля; радоваться, стимул; тренажерный зал, тренажеры.

Как видите, дорогие ребята, я подобрал для каждого абзаца по два слова и выражения. Однако при больших объемах текста лучше подбирать по одному слову или выражению для каждого фрагмента, так как в противном случае списки слов и выражений получатся очень громоздкими. Ну а мой список («не хочу, воля; радоваться, стимул; тренажерный зал, тренажеры») можно запомнить так:

Не хочу, но воля радуется стимулу в тренажерном зале, где есть тренажеры.

Вот видите, в этом маленьком предложении затаился весь ранее приведенный текст из трех абзацев. А если подключить к делу запоминания еще и механическую память (то есть прочитать

еще пару раз или чуть больше), то результат будет еще лучше, согласно уже известному нам правилу:

Наилучший мнемонический результат – это следствие совместного использования механической и ассоциативной видов памяти.

Что касается механической памяти, то ее развивать довольно просто. Здесь даже учить-то нечему. Просто запоминайте все, что придется. Учите наизусть. В текстах читайте сначала одно предложение и пробуйте его пересказать как можно точнее. Затем берите второе и делайте то же самое сначала с ним, а затем – с обоими предложениями и т. д. Учите все что угодно, и это будет развивать механическую память. А еще постоянно вспоминайте фрагменты из жизни, из недалекого и далекого прошлого. Например, вспомните какие-то эпизоды сегодняшнего дня, причем как можно подробнее (где были, с кем беседовали и о чем, что слушали, что кушали, с кем подрались и по какому поводу – впрочем, лучше не драться, так как конфликты вредны для работы памяти). Затем вспомните что-то из того, что случилось с вами вчера или даже позавчера. Также почаще старайтесь вспоминать во всех подробностях, что говорил учитель на уроке. У некоторых учеников это очень хорошо получается. Здесь весь секрет в тренировке: если часто практиковаться, то со временем начнет все лучше и лучше получаться.

Запоминаем стихи

Теперь мы будем учиться запоминать стихи. Стихотворение – это ведь тоже текст, но текст особого формата. В обычной жизни мы говорим не стихами, а прозой, правда? Но стихи – это тоже очень красиво, и неслучайно занимают они достойное место в культуре, в искусстве. Правда, нас в данный момент интересует лишь мнемонический аспект этого дела. И здесь я готов сказать, что учить стихи наизусть – полезнейшее занятие для развития памяти. Поэтому давайте попробуем выучить парочку стихотворений.

Ну вот, скажем, такое (из сочинений вашего покорного слуги):

Вторгается в осень зима,
Заходит без спроса и стука;
Твоя золотая подруга
Страну покидает сама...

Ей чужды морозы и стужи,
Холодное сердце ветров;
Их властным объятьем простужен
Ее золотистый покров...

Давайте выучим это стихотворение наизусть. Причем выучим механически, без применения какой-либо техники. Я предлагаю такой способ механического заучивания. Сначала прочитайте первую строчку и попробуйте по памяти повторить ее. Если получилось, то прочитайте вторую строчку и самостоятельно повторите. А затем вместе – первую и вторую строки. Затем прочитайте третью и расскажите наизусть, после чего попробуйте повторить все вместе с первой по третью. И так до конца. Если после первого чтения вы не смогли в точности повторить какую-то строчку, то прочитайте ее еще раз, а если надо, то еще, и так до тех пор, пока сможете ее в точности повторить.

Ну а если подойти к этому стихотворению ассоциативно, то можно составить список ключевых слов:

Очень, зима, спрос, стук, золото, подруга, страна, мороз, стужа, сердце, ветер, объятие, простуда, покров.

Слова из списка служат напоминанием, и мы, взглянув на

очередное слово или вспомнив его, вспоминаем и очередную строку из стихотворения. Если, конечно, до этого мы внимательно прочитали стихи и хорошо представили себе происходящее в них. И не только представили, но и прочувствовали, ведь чувства очень хорошо стимулируют память. То, что сопровождается чувствами, всегда лучше, легче запоминается и дольше помнится.

У каждого из этих двух методов (механического и ассоциативного) – свои плюсы и минусы. Например, у механического метода плюс в том, что не надо возиться со всякими списками, а нужно просто сразу выучить наизусть. Но минус в том, что нагрузка на память при этом довольно большая по сравнению с ассоциативным методом. Меньшая нагрузка на память – это аргумент в пользу ассоциативного метода, но, с другой стороны, этот метод требует от нас некоторой изобретательности, он поначалу непривычен и отнимает время и силы. Но впоследствии мы к этому привыкаем.

И еще один важный момент и в то же время предостережение: если слишком баловать мозг ассоциативным запоминанием и совсем забыть про механическое запоминание, то начнут ослабевать механические способности памяти. А это нельзя приветствовать. Лучше всего развивать и то и другое. Поэтому учите стихи (и не только стихи) и механически (с помощью повторения с подключением воображения), и ассоциативно (с помощью списков ключевых слов и, опять же, воображения).

Теперь еще одно грустноватое стихотворение – про дверь.

В твою я дверь стучался иногда:
Лица черты увидеть я хотел…
И был влюблен… и думал – навсегда,
Но так внезапно дом твой опустел…

И в пустоте души моей земной
Я постучался в запертую дверь…
С тоскою к ней прижался я щекой,
Чтоб поделиться болью от потерь…

Итак, сначала рисуем мысленно яркие картины того, о чем мы прочитали (то есть включаем воображение). А дальше действуем так же, как и с предыдущими стихами, то есть сначала запоминаем первую строку, потом вторую, потом обе вместе, потом третью, потом три вместе и так до конца четверостишия. Потом переходим ко второму четверостишию, ну и потом пробуем слово в слово повторить все стихотворение.

И еще одно произведение, сочиненное мной несколько лет

назад.

Ночной покой. Безмолвные снега
Во тьме глухой белеют у окна...
Природа в них таинственно-легка;
Полна любви, к себе влечет она...

В ней раствориться и забыться в ночь
В божественной и нежной тишине,
Из мира суеты исчезнув прочь
На миг, закрыв глаза, – мечталось мне...

Итак, включаем воображение и живо представляем то, о чем идет речь в стихах. Представляем, что вы стоите у окна и видите безмолвные снега, которые во тьме глухой белеют у окна, ощущаете ночной покой, слышите тишину... Это – работа для механической памяти.

Однако мы можем подключить и ассоциативную память. В данном случае можно составить список слов, каждое из которых отображает одну строку или половину строки. Ну, например, вот такой вот список ключевых слов:

Ночь, покой, снег, тьма, окно, природа, легкий, любовь, раствор, ночь, тишина, суета, миг, глаза, мечта.

Этот список мы уже знаем, как запомнить.

Итак, чтобы запомнить это стихотворение с помощью ассоциативной памяти, для начала внимательно его прочитайте. Далее пробуйте повторить стихотворение, глядя на список ключевых слов. (Слова в списке я упростил для более легкого запоминания. Например, вместо «ночной» я использовал в списке слово «ночь», чтобы легче запомнить. Но как только я увижу в списке слово «ночь», я вспомню, что на самом деле у нас в стихах не «ночь», а «ночной» и т. д. Для некоторых строк я выбрал два или даже три ключевых слова, а для некоторых – одно.)

Итак, мы освоили еще один способ запоминания стихотворений. Здесь работают вместе механическая и ассоциативная виды памяти. А вместе ведь веселей, правда? «Вместе весело шагать по просторам, по просторам, по просторам...» Так, меня не туда занесло. Вспомнил песню из моего детства... «И конечно, припевать лучше хо ром, лучше хором, лучше хором...» Эх, были времена... По этому поводу вспомню еще одно стихотворение:

Было время... Были годы
Радости и сна...
Были детские заботы,
Жизнь любви полна...

Но исчезло это время,
Годы стали злы...
И с тех пор такое бремя —
Поиски весны...

Если учить это стихотворение с помощью списка ключевых слов, то может получиться такой список:

Время, годы, радость, сон, забота, жизнь, любовь, время, годы, зло, бремя, поиск, весна.

Если же учить чисто механически, то надо просто прочитать первую строку и повторить ее по памяти, затем вторую, и так до конца.

Итак, дорогие ребята, учите стихи этими двумя способами – механическим и ассоциативным.

Запоминаем имена

Запоминание списков имен – тоже хороший тренинг для развития памяти. И неважно, пригодится нам это в жизни или нет, ведь мы сейчас тренируем нашу память. То же самое я могу сказать о гантелях: ведь в жизни вроде бы не нужны гантели, но тем не менее мы их используем для тренировки мышц. Точно так же многие мнемонические упражнения: казалось бы, оторваны от жизни, но на самом деле они развивают память, которая в жизни ох как нужна.

Впрочем, способность запоминать имена не самая бесполезная вещь для нашей жизни. Ведь мы знакомимся с людьми, а потом, бывает, забываем, как их зовут. А спрашивать второй раз как-то неудобно. Так что давайте начнем нашу тренировку по запоминанию имен.

Итак, попробуйте запомнить вот такой вот список имен:

Галина, Петр, Семен, Наталья, Николай, Светлана.

Как мы действуем?

Сначала мы ищем среди наших знакомых людей с этими именами (ведь сами по себе имена нам ни о чем не говорят, и в нашей памяти может не оказаться никакой зацепки).

Затем составляем рассказ уже с участием наших знакомых, носящих эти имена. Кстати, героями этого рассказа необязательно должны быть люди, с которыми мы лично знакомы. Это могут быть люди, которые нас не знают, но чьи имена нам хорошо знакомы: например, герои книг, писатели, композиторы, телеведущие, кинозвезды, актеры и т. д.

Итак, попробуйте выполнить оба эти пункта, а затем проверьте, все ли правильно запомнили и в нужной ли последовательности.

У меня получилось следующее:

> Галина рассказывала про царя Петра Первого, но Семен ее не слушал, а все смотрел на Наталью, с которой сидел за одной партой Николай, влюбленный, впрочем, в Светлану.

Ну вот, история очень даже интересная, любовная, к тому же короткая, так что очень даже хорошо запомнится.

Вот еще список, который вы можете попробовать запомнить.

Маша, Михаил, Сергей, Павел, Людмила, Зинаида,

Виталий.

Ну как, получается?

А теперь я приведу несколько списков имен. Запомните каждый по отдельности. А потом попробуйте сделать вот что. Сначала запомните первый список, затем второй, а затем попробуйте повторить по памяти один за другим первый и второй. Затем запомните третий список и попробуйте вспомнить все три подряд. Затем добавьте к ним четвертый и т. д. В конце попробуйте, не подглядывая, повторить по памяти все эти списки имен.

Маша, Павел, Лидия, Светлана, Алиса, Яна, Соломон.

Людмила, Святослав, Вячеслав, Герасим (честь имею), Зоя, Никита, Константин.

Яков, Дина, Евгения, Татьяна, Марат, Наталья, Дмитрий, Ирина.

Лилия, Дарья, Клавдия, Емельян, Филипп, Никодим, Лазарь, Олег, Софья, Василий.

Алла, Лариса, Элла, Лиза, Эльза, Анатолий, Елизавета, Сильва, Марго, Анастасия.

Анжела, Алевтина, Борис, Эллина, Марфа, Сигизмунд, Аврора, Анастасия, Давид, Слава, Вячеслав.

Святослав, Марина, Раиса, Константин, Том, Барбара, Жасмин, Зиновий, Лаврентий, Надежда, Прасковья, Антон.

Генрих, Федор, Зинаида, Юрий, Георгий, Аврора, Афанасий, Клара, Александр, Юлия, Семен, Роберт, Роман.

Роза, Офелия, Рая, Рита, Галина, Дуся, Кларисс, Джон, Арнольд, Берта, Жорж, Стас, Елена, Марьяна.

Алина, Стивен, Джерри, Соня, Сусанна, Иван, Джон, Томас, Клаус, Изольда, Мария, Рената, Таисия, Ольга, Ким.

Запоминаем цвета и цветы

Перечни слов, означающих цвета и цветы, относятся к однородной информации. У нее свои плюсы в смысле запоминания. Например, если весь список состоит из одних только цветов (в смысле окрасок, расцветок), то дело упрощается, так как мы можем вместо данного цвета запомнить любой предмет такого же цвета. Ну а чтобы не быть голословным, приведу пример.

Вот список прилагательных, обозначающих цвета.

> Синий, красный, зеленый, фиолетовый, черный, желтый, коричневый, белый.

Сами цвета запоминать было бы довольно сложно, а вот запомнить предметы тех же расцветок гораздо проще.

Вот что получится, если мы заменим цвета предметами:

> Небо, заря, трава, фиалка, темнота, солнце, медведь, простыня.

Ну вот, получился список из обычных простых слов. Такие списки мы уже научились запоминать. Тут надо только быть внимательным, чтобы не забыть, какому предмету какой цвет мы присвоили. В нашем случае небо – синее, заря – красная, трава – зеленая, фиалка – фиолетовая (эти слова очень похожи, в чем состоит большой плюс), темнота – черная, солнце – желтое, медведь – коричневый (важно не перепутать с бурым, а для этого надо всего лишь обратить на это внимание, то есть на то, что наш медведь не бурый, а коричневый), простыня – белая.

А теперь, дорогие ребята, попробуйте сделать то же самое сами.

Вот несколько списков, все слова в которых обозначают цвет. Попробуйте поочередно их запомнить, заменяя цвета предметами той же окраски.

> Оранжевый, хаки, светло-зеленый, красный, темно-желтый.
>
> Желтый, синий, голубой, бледный, бежевый, ярко-красный, коричневый.
>
> Алый, фиолетовый, черный, мандариновый, красный, серый, розовый, прозрачный.
>
> Белый, металлический, бронзовый, серебристый, снежный, травяной, вишневый, лунный.

Перламутровый, желтый, янтарный, рубиновый, бесцветный, рыжий, бурый, оранжевый, бежевый.

Морской, мраморный, пурпурный, луговой, свинцовый, коричневый, липовый, полевой, кобальтовый, ультрамарин.

Киноварь, желто-зеленый, кармин, темно-зеленый, соломенный, темно-коричневый, золотистый, пепельный, яхонтовый, изумрудный, сиреневый, клубничный, темно-серый, бледно-желтый.

Ну а теперь перейдем от цветов (в смысле окрасок) к цветам (в смысле растениям). Давайте для начала запомним маленький список цветов:

Ромашка, роза, лилия, гвоздика, тюльпан.

Дело может упроститься, если Розу и Лилию запомнить как женские имена. Это внесет некоторое разнообразие в данный список. А я уже го во рил, что разнообразие стимулирует память, и на оборот, однообразие усложняет работу памяти. А однородные списки – это сплошное однообразие. Но если мы начинаем представлять вместо абстрактного цвета какой-нибудь предмет, то это вносит разнообразие и память начинает лучше работать, то есть запоминать. Мы уже поступали так с «цветными» списками. Ну а теперь подвергнем той же участи «цветочный» список.

И получится вот что:

Ромашка была сорвана Розой и подарена Лилии, которая очень любила забивать Гвоздь и кормить Тюленей.

Посмотрите, что я сделал со списком: собственно из цветов оставил одну только ромашку, а все остальное заменил похожими словами, которые сразу же напомнят мне цветы.

Например, «гвоздь» напоминает гвоздику. Я специально использовал слово «гвоздь» в единственном числе, так как в списке слово «гвоздика» тоже в единственном числе. Тюлень тоже без труда напомнит мне слово «тюльпан». Ну а розу и лилию я заменил на одноименные женские имена. И получился совершенно разнородный список.

Хочу предложить вам еще несколько списков с цветами (полевыми, луговыми и садовыми) и комнатными растениями (надо сказать, что в моем компьютерном словаре некоторых названий нет, поэтому компьютер их не признает, хотя они

реально существуют). Разумеется, здесь могут быть цветы и растения, которых мы и сроду-то не видели и, может, никогда не увидим, и на звания их нам ни о чем не говорят и не вызывают никаких ассоциаций. Но все же каким-то образом эти растения надо запомнить.

Хорошо то, что ассоциации к названиям мы можем создать сами. Например, клоповник мы можем сравнить с местом, где много клопов. Вот и представим, что данное растение стало настоящим клоповником. Лебеда – не беда, цикламен – циклопмент, вьюнок – венок, колеус – коли ус, настурция – нас Турция, камнеломка – в камне ломка, розмарин – Роза с Мариной, желтофиоль – желтый простофиль, аспидистра – аспид и сестра, или аспид и астра, сольданелла – соль да Неля, восковник – восковый полковник, альпинарий – место для альпинистов и т. д.

1. Настурция, ландыш, фуксия, аспидистра, кливия, восковник, алоэ.
2. Клоповник, мимоза, петунья, сольданелла, эдельвейс, дрок, вереск, горец.
3. Лебеда, клюква, вьюнок, цикламен, олеандр, кактус, колеус, шафран, мирт.
4. Розмарин, ширица, касатик, азалия, резеда, календула, камнеломка, бессмертник, глоксиния, герань.
5. Подсолнечник, альпинарий, левкой, георгина, жимолость, желтофиоль, маргаритка, бегония, пион, нарцисс.

Вот, например, как можно запомнить первый список (при этом я должен помнить, что все слова в списке – в единственном числе, и если даже в моем рассказе они окажутся во множественном, я при воспроизведении просто поменяю их на единственное):

> Нас Турция (настурция) приняла радушно, с Ландышами, однако Фукс (фуксия) хотел нам помешать и подсунул аспида сестру (аспидистра), чтобы наша клевая (кливия) поездка не удалась. Но хорошо, что позвонил восковый полковник (восковник), после чего мы сказали «алло» (алоэ).

Абсолютная ерунда, не правда ли? Но зато хорошо запоминается. А если подобную ерунду сочините вы сами, то она будет вам гораздо ближе, чем моя ерунда, и поэтому лучше запомнится. Так что дерзайте, дорогие ребята, придумывайте всевозможные ассоциации. Это, кроме прочего, развивает и нашу

фантазию, что тоже очень может пригодиться в жизни. Некоторые ассоциации окажутся более удачными, а некоторые – менее, но это неважно, главное – постоянно придумывать их, и тогда со временем удачных ассоциаций будет придумываться все больше и больше. Пусть мозг развивается разносторонне, это принесет только пользу.

Запоминаем иностранные слова

Теперь перейдем к практической части, связанной с иностранными словами. Я буду приводить только английские слова, но принципы запоминания для слов всех других иностранных языков, разумеется, те же самые.

> Попробуйте запомнить слово ball (читается: бо-ол), означающее «мяч» или «шар».

Напоминаю, что запоминаем мы иностранные слова так: находим в русском языке слово, похожее на него по звучанию. В данном случае мы ищем слово, напоминающее по звучанию слово *ball* («бо-ол»). Таких слов можно найти много. Например, слово «БОЛьшой». Первая половина этого слова действительно похожа на *ball.* Ну а теперь придумаем ассоциацию, соединяющую значение слова *ball* со словом «БОЛьшой». Вот эта ассоциация: БОЛьшой мяч. Или: БОЛьшой шар. Разумеется, в слове «большой» нам нужна только первая половина, первые три буквы. А это мы сразу припомним, как только услышим английское *ball* и будем пытаться вспомнить перевод. При этом мы вспомним то русское слово, с которым мы сравнивали слово *ball.* И наоборот, если будем пытаться вспомнить, как же по-английски звучит слово «мяч», то вспомним наше придуманное выражение «БОЛьшой мяч», ну а слово «большой» сразу же напомнит нам слово *ball.*

Теперь запомните слово *bag* («бэг»), означающее «мешок». Конечно, сходных по звучанию русских слов можно найти много. Но достаточно отыскать одно более или менее удачное сходное слово и придумать выражение, в котором это русское сходное слово будет соединено с переводом английского слова. В данном случае у меня получилось вот что: БОГатый мешок. Или: БАГровый мешок. (Разумеется, мы не должны забывать особенности произношения английских слов.)

А вот еще интересный пример: слово *dash* («дэш»), означающее «ринуться», «промчаться». Взглянешь на это слово, и сразу напрашивается похожее русское слово «дашь». И звучит почти так же, как и *dash,* правда? Есть, конечно, небольшая разница в произношении, но это ничего страшного, ведь, изучая язык, мы учимся правильно произносить слова данного языка, так что эта проблема разрешима. Итак, русское слово «дашь» становится словом-двойником для английского *dash.* Теперь остается соединить русское слово «дашь» с переводом слова *dash,* то есть со словами «ринуться», «промчаться», или с одним из них.

Я сделал это в виде вот такого предложения: «Ты мне дашь промчаться или нет?» Можно сделать и покороче, чтобы не перепутать с другими словами предложения, например: «Дашь промчаться и ринуться?»

Не спорю, что не все слова поддаются такому удачному подбору слов-двойников. Но со временем находить слова-двойники становится все легче и легче благодаря тому, что мы тренируемся это делать.

Вот еще одно слово, к которому очень легко подобрать ассоциацию. Это *слово pure* («пюэ»). Сразу напрашивается русское слово «пюре», не прав да ли? Да и само написание английского слова похоже на «пюре». Ну вот и хорошо. Слово *pure* означает «чистый», а также «полнейший». Отлично, соединяем слово-двойник («пюре») и перевод («чистый, полнейший») в одно выражение: чистое и полнейшее пюре. Только не забываем об особенностях произношения слова *pure,* так как по звучанию оно не совсем похоже на слово «пюре». Но это не проблема, если мы учим правила произношения слов данного языка.

Итак, берите словарь какого-нибудь иностранного языка (особенно если проходите его в школе) и начинайте вот таким образом учить иностранные слова. Увидите, что так можно выучить и надолго запомнить много-много слов.

А теперь я приведу довольно большой (около ста слов) список, где к словам я добавил придуманные мною ассоциации (все это взято из моей книжки «Англо-русский мнемонический словарь»). Чтение этого списка поможет вам, дорогие ребята, не только запомнить эти слова, но и научиться самостоятельно придумывать все более и более удачные ассоциации для иностранных слов. Так что вы уже сами сможете делать это с множеством иностранных слов того языка, который вы изучаете. Это полезно вдвойне, так как, с одной стороны, развивает память, а с другой стороны, облегчает изучение языка. Ну а с треть ей стороны, это просто удовольствие – заниматься всем этим и достигать хороших мнемонических результатов.

Итак, вот 100 наиболее используемых английских слов, запоминание которых можно упростить, применяя мнемонические приемы, или, как их еще можно назвать, мнемонические выражения.

Английское слово	Мнемоническое выражение
More (мо:) — больше	Это **мо**ре *больше*, чем то
Big (биг) — большой	*Большой* **бег**емот
In (ин) — в	*В* **ин**кубаторе
Your (йо:) — ваш, твой	*Твой* ма**йор**
See (си:) — видеть	*Видеть* **си**нее море
Time (тайм) — время	*Время* первого **тайм**а
All (ол) — все	*Все* на **ол**импиаду
Always (оллвез) всегда	*Всегда* **Ол**егу **вез**ет
Where (уэ:) — где	*Где* **вер**а
Tell (тел) — говорить	*Говорить* по **тел**ефону
Yes (ес) — да	*Да*, **если**
Make (мэйк) — делать	*Делать* **мак**ет
For (фо:) — для	*Для* **фор**мулы
Goodbye (гудбай) — до свидания	Хорошей (good) спячки (bye)
Before (бифо:) — до, перед, прежде чем	*Перед* **буфе**ром
Friend (фрэнд) — друг	Мой *друг* — **бренд**
Other (азэ) — другой	*Другое* **озер**о
Think (синк) — думать	*Думать* о ко**сынке**

Английское слово	Мнемоническое выражение
If (иф) — если	*Если* это м**иф**
There is (зэр из) — имеется, есть	*Имеется* (*есть*) **дерз**ость
Again (эгэйн) — еще	*Еще* **огонь**
Still (стил) — еще	Ты еще в прежнем **стиле**?
Here (хиэ) — здесь	*Здесь* мой друг **Иа**
Hello (хэлоу) — здравствуйте	Сказать два раза (ll — **похоже на цифру П**) «*здравствуйте*» на празднике **Хэлоу**ин
Know (ноу) — знать	**Но** я *знаю*
And (энд) — и	**А** *и* **Н** *и* **Д** сидели на трубе
Go (гоу) — идти	*Идти* в **го**род
Out (аут) — из	Выйти *из* **аут**а
Of (оф) — из	**Оф**ис сделан *из*
Either or (айзэ ор) — или	**Ай да хор**: *или* поют плохо, *или* не поют вообще
Or (ор) — или	**Ор**игинал *или*
Have (хэв) — иметь	*Иметь* любовь к **хэв**и метл
Sometimes (сэмтаймс) — иногда	*Иногда* я **сам том**люсь *Иногда* я **сам там** с друзьями
Their (зэа) — их	(Смотреть на) *их* рото**зея**

Английское слово	Мнемоническое выражение
Them (зэм) — их	(Опустить) *их* на**зем**ь
How (хау) — как	*Как* пройдет это ноу-**хау**?
Which (уич) — какой	*Какой* **ВИЧ**?
When (уэн) — когда	*Когда* поедем в **Вен**у
Who (ху:) — кто	*Кто* **ху**ливанит?
Love (лав) — любить	*Любить* **лав**аш (хлеб)
People (пи:пл) — народ	*Народ* **пил** и **пл**акал
Little (литл) — маленький	*Маленький*, поэтому вместо «литр» говорит «**литл**»
Me (ми:) — меня	**Ми**мо *меня*
Place (плэйс) — место	*Место* из **плас**тика
Much (ма:ч) — много	*Много* **муч**ений
Many (мэни) — много	*Много* **мани** (денег)
My (май) — мой, моя	*Мой* **май** (месяц) *Моя* **май**ка
Can (кэн) — мочь	Я *могу* выкопать **кан**ал
We (уи:) — мы	*Мы* не **вы**
On (он) — на	**Он** залез *на* (дерево)
To (ту) — на (в смысле направления)	*На* **ту** (сторону)
Up (ап) — наверху	**Оп**ередил и был *наверху*
Over (овер) — над	*Над* **овир**ом

Английское слово	Мнемоническое выражение
Most (мост) — наибольший	*Наибольший* **мост**
Find (файнд) — найти	*Найти* **винт**
Us (ас) — нас	**Ас** (мастер) научил *нас*
Our (ауэ) — наш	*Наша* **аура**
Not (нот) — не	*Не* та **нот**а
Some (сам) — некоторый	*Некоторые* любят делать **сами** С *некоторых* пор все делаю **сам**
No (ноу) — нет	**Но** надо сказать «*нет*»
But (бат) — но	**Бут**ылка пропала, *но* нашли новую *Но* это новый **бат**альон *Но* это новая **бут**ылка
New (нью) — новый	**Нью**-Йорк — *новый* город
Like (лайк) — нравиться	Мне *нравится* **Лайк**а Мне *нравится* твой **лик**
One (уан) — один	*Один* в **ван**не
A (э) — один (в значении неопределенного артикля)	*А* я — **один**
He (хи:) — он	*Он* **хи**мик
She (ши:) — она	*Она* любит **шит**ь
They (зэй) — они	*Они* взяли друз**ей** и пошли в муз**ей**, где стоял рото**зей**

Английское слово	Мнемоническое выражение
From (фром) — от	*От* **морф** (читать обратно) ологии (я устал)
Very (в`эри) очень	*Очень* не хватает **веры**
First (ф`эрст) — первый	*Первый* на **фест**ивале
Under (`андэ) — под	Не**андер**талец находится *под* слоем времени
After (`афтэ) — после	*После* **автора** **Автор** придет *после*
Please (пли:з) — пожалуйста	**П***ожалуйста*, **Лиз**а
Last (ла:ст) — последний	*Последние* **ласт**ы
Because (бик`о:з) — потому что	*Потому что* **бык коз** бодает
Why (уай) — почему	*Почему* кричишь «**Вай**»?
Almost (олмоуст) — почти	Весь (**all**) **мост** *почти* готов
Thing (т(с)инк) — предмет	*Предмет* кас**тинг**а
Happy (х`эпи) — счастливый	*Счастливый* **хиппи**
Such (сач) — такой	*Такой* **сач**ок или **суч**ок
Same (с`эйм) — самый	На этот **сэйм** пришли те же *самые* люди
Thank (т(с)энк) — спасибо	*Спасибо* тебе, **танк** Сказать **танк**у «*спасибо*»
Come (к`ам) — прийти	*Прийти*, но к **кому**?

Английское слово	Мнемоническое выражение
With (у`из) — с	*С* **виз**итом *С* **виз**ой *С* **виз**гом
So (с`оу) — так	*Так*, **соу**с надо съесть
Now (н`ау) — теперь	*Теперь* **нау**чился
Then (з(д)эн) — тогда	*Тогда* будет **день**
Only (`онли) — только	**Он ли** *только* (не выучил уроки)?
Good (гуд) — хорошо	*Хорошо* **гуд**ят (трубы)
Also (`олсоу) — тоже	Он *тоже* ост**алс**я Я *тоже* слушаю **Алсу**
That (з(д)эт) — тот	*Тот* день, та **дат**а *Та* же буква «**зэт**»
You (йу:) — ты, вы	*Вы* (*ты*) любите (вращать) **ю**лу?
Often (`офэн) — часто	**О, фен** *часто* (барахлит)
What (уот) — что	**Вот** *что*! **Вот** оно *что*!
The (з(д)э) — определенный артикль	**Да**, этот *артикль* нужен
This (з(д)ис) — этот	*Этот* **дис**к
I (ай) — я	**Ай**, *я* (получил травму) *Я* сказал «**ай**», когда получил травму
I am (ай эм) — я (есть)	**А я ем**, и поэтому *я есть*

Запоминаем свойства и качества

А теперь допустим, что нам надо запомнить список всевозможных свойств и качеств чего-либо. Такие списки являются однородными (ведь в них одни только свойства да качества). Это в какой-то степени облегчает нашу задачу, ведь, зная, что в списке, скажем, одни прилагательные, мы можем преспокойненько заменить их чем угодно. Ну например, слово «деревянный» заменить на слово «дерево» и представить себе в красках это самое дерево. Почему мы чаще все го меняем прилагательные на существительные? Дело в том, что запоминать существительные (особенно простые, обозначающие предметы) гораздо легче, чем другие части речи. Это и понятно, ведь именно существительные обозначают предметы, которые легко представить, а значит, и запомнить. А другие части речи обозначают либо свойства или качества (прилагательные, причастия и т. п.), либо действия (глаголы), либо еще что-нибудь, что трудно представить, поэтому и запоминать их труднее.

Итак, давайте начнем тренироваться запоминать списки свойств и качеств. Вот один из них.

> Деревянный, железный, красный, длинный, вкусный, каменный, квадратный.

Ну вот, теперь нам надо «переделать» этот список в более простой, для более легкого запоминания. И получится примерно следующее:

> Дерево, железо, помидор, нитка, мороженое, камень, квадрат.

Учтите, мы должны быть уверены, что существительное наведет нас на мысль о нужном свойстве или качестве. Например, в этом списке слово «помидор» может вытащить из нашей памяти слова «круглый» или «вкусный», а не «красный». Так что подбирайте для ассоциаций надежные слова.

Новый облегченный список я запомнил, составив следующий рассказ:

> Дерево срослось с железом и стало хорошим удобрением для помидоров, которые длинными нитками привязаны к мороженому, тающему на камне в форме квадрата.

Единственное, что мы должны запомнить просто так, механически, что все прилагательные в нашем первом списке мужского рода. Существительные же во втором списке у нас были не только мужского рода. Так что при воспроизведении изначального списка надо будет все слова говорить в мужском роде.

Открою один секрет, что для запоминания качеств и свойств не каждое прилагательное нужно обязательно превращать в существительное. Некоторые свойства могут запомниться и сами по себе, без всякого преобразования. Так что кое-что можно оставить как есть, придумав для этого слова яркую ассоциацию. Например, для запоминания слова «шустрый» можно представить своего знакомого – шустрого человека. А для запоминания слова «колбасный» можем мысленно оказаться в колбасном цеху. (Вот я об этом пишу, и мне хочется поесть колбаски, а в холодильнике она уже закончилась. Ну да ничего страшного.) Итак, кое-что меняем, кое-что оставляем (если уверены, что в таком виде сможем запомнить) и таким образом запоминаем подобные списки.

Теперь – несколько списков для самостоятельного запоминания.

Яркий, темный, грустный, быстрый, настырный.

Сносный, шустрый, катастрофический, ненасытный, видный, теплый.

Весенний, нежданный, волнистый, прямой, стремительный, визуальный, камерный.

Долгий, счастливый, лиственный, меланхолический, комнатный, дельный, волосяной, строгий.

Напыщенный, колбасный, щеголеватый, болезненный, прямой, надменный, хороший, славный, дрянной, жуткий.

Систематический, курортный, романтичный, прелестный, классный, вкусный, вселенский, солнечный, лунный, звездный, круглый.

Косматый, лысый, шершавый, бархатный, гладкий, дикий, долговязый, снежный, стальной, воздушный, молодой, порядочный.

Молодцеватый, великий, достижимый, солнцезащитный, скорый, деревянный, дугообразный, треугольный, интегральный, станционный, стопроцентный, северный, крайний.

Ложный, фискальный, честный, любящий, любимый, либеральный, лобовой, кубический, высший, ямской,

губернский, деревенский, городской.

Домашний, уличный, трагический, осенний, странный, страстный, ступенчатый, коровий, ослиный, лошадиный, электронный, энергичный, элегантный.

На этом позвольте откланяться и перейти к новой главе.

Запоминаем страны и столицы

Мнемонические приемы, как мы уже знаем, могут помочь нам запоминать страны и столицы. Зная название страны, мы сможем вспомнить ее столицу, и наоборот, зная название столицы – вспомнить, какому государству она принадлежит. В этой главе мы будем тренировать именно это умение. Заниматься такой тренировкой и полезно, и приятно. Причем польза в этом случае получается даже двойная, потому что, с одной стороны, мы упражняем память, а с другой стороны, становимся более осведомленными в географии. Ну а приятно это потому, что мы чувствуем себя на высоте в результате наших достижений. Ведь запомнить множество государств с их столицами – это большое достижение.

Итак, начнем, пожалуй.

> Колумбия очень богата. Это предложение напоминает мне Колумбию и ее столицу (Богота).
>
> А сунься он сюда – дам ему пару гавайских. Ну а это предложение говорит мне о том, что столица Парагвая – Асунсьон. И наоборот, что Асунсьон – столица Парагвая. В общем, напоминает мне и страну, и столицу.

Так мы можем поступать со всеми странами и столицами. И это даст нам возможность с легкостью запомнить всю политическую карту.

> Еще пример. Тегусигальпа – столица Гондураса. Посмотрите внимательно на слово «Тегусигальпа». Сразу напрашивается «Те гуси...», не правда ли? Вот в этом и секрет. Это очень удачное сравнение. Сравнение с теми гусями. И получаем, что те гуси – из Гондураса. Правда, мы не использовали остальную часть слова «Тегусигальпа», то есть «...гальпа». А ее можем и не использовать. Для удачного запоминания данной столицы может оказаться достаточным и то, что мы уже придумали. Впрочем, для кого-то это может быть достаточным, а для кого-то и нет. В общем, дорогие ребята, смотрите сами. Если не уверены, что «Те гуси» напомнят Вам «Тегусигальпа», то придумайте что-нибудь и для «гальпа».

Итак, предложение «Те гуси из Гондураса» напомнит нам

столицу Тегусигальпа. Правда, я не уверен, есть ли в Гондурасе гуси. Впрочем, это не имеет значения. Есть на самом деле гуси в Гондурасе или нет гусей в Гондурасе – это нас особо не волнует. В нашем воображении в Гондурасе есть те гуси. А поскольку гуси ведь говорят «га-га-га», то мы можем взять только одно «га» и у нас уже будет «те гуси га». Видите, как будто специально для нас все придумано, чтобы лучше запомнилось. Вот какие чудеса вытворяет мнемотехника! В таком варианте у нас остается не задействованным лишь «льпа». А это и механически можно запомнить. Но и здесь у меня возникает сравнение с Альпами. Ведь есть же Альпы (горы). А мы придадим этому слову единственное число и получим «альпа». И в итоге будет: «Те гуси га альпа – из Гондураса». Ну ладно, что-то я слишком задержался на этих гусях из Гондураса. Перейдем к следующему примеру.

> Джорджтаун – столица Гайаны. Поскольку есть имена Гаяна и Джордж, то я представлю себе, что Гаяна и Джордж направились в Таун (то бишь в город – по-английски). Вот и все, запомнили. Только надо не забыть соединить «Джордж» и «Таун».

> Еще примерчик. Канада – Оттава. Русское «от того» очень уж похоже на название столицы Канады Оттавы. И звучит ведь почти так же, с ничтожной разницей. Вот и применим наше родное «от того», соединив с Канадой в одном предложении. У меня получилось так: «От того Канада большая?» Не важно от чего. Я не отвечаю на этот вопрос. Ведь этого вопроса мне достаточно, чтобы запомнить столицу Канады и не забыть, что Оттава – столица именно Канады, а не другого государства. А ведь Канада действительно большая, поэтому предложение правдоподобное. То есть я попал в точку.

> Столица Перу – Лима. Сравнение: Перо в Лимоне. Ну разве не прекрасно?! Ведь как будто специально придумали названия, чтобы нам было легче запоминать. А как не восхищаться сравнением «Кит у Экватора», которое напоминает страну Эквадор и ее столицу Кито!

Я поэтому и говорю, что применение мнемотехники – сплошное удовольствие и сплошная польза.

А вот это вам тоже наверняка понравится:

> Из-за Белизны Бельмо пан заработал себе (Белиз – Бельмопан).

А в Эфиопии мне сказали «садись обедать» (Адис-Абеба).

Ливень оросил три поля (Ливия – Триполи).

Ох и морока же эта работа (Марокко – Рабат).

От Сирии до Москвы далеко топать (Сирия – Дамаск).

Если дождь ливанул, то берут воду (Ливан – Бейрут).

Не коси я в Кипре – не выросла бы трава (Кипр – Никосия).

Пнем пень, компот же стынет (Камбоджа – Пномпень).

Она нас манила к деньгам, но они были Филиппины, то есть принадлежали Филиппу (Филиппины – Манила).

В порту Галя нашла лису, а лиса бонбоньерку стащила (Португалия – Лиссабон).

А теперь я приведу множество названий государств с их столицами, а вы, дорогие ребята, попробуйте запомнить хотя бы некоторые из них, придумывая похожие по звучанию слова и соединяя их в коротенькие предложения.

Канада – Оттава
США – Вашингтон
Мексика – Мехико
Гватемала – Гватемала
Белиз – Бельмопан
Сальвадор – Сан-Сальвадор
Гондурас – Тегусигальпа
Никарагуа – Манагуа
Коста-Рика – Сан-Хосе
Панама – Панама
Куба – Гавана

Багамские острова – Нассау
Ямайка – Кингстон
Гаити – Порт-о-Пренс
Доминиканская республика – Санто-Доминго
Сент-Винсент и Гренадины – Кингстаун
Гренада – Сент-Джорджес
Тринидад и Тобаго – Порт-оф-Спейн
Колумбия – Богота
Венесуэла – Каракас
Гайана – Джорджтаун
Суринам – Парамарибо
Гвиана – Кайенна
Эквадор – Кито
Перу – Лима
Бразилия – Бразилия
Боливия – Ла-Пас
Чили – Сантьяго
Парагвай – Асунсьон
Уругвай – Монтевидео
Аргентина – Буэнос-Айрес
ЮАР – Претория
Намибия – Виндхук
Ботсвана – Габороне
Мозамбик – Мапуту
Лесото – Масеру
Свазиленд – Мбабане
Малавия – Лилонгве
Замбия – Лусака
Ангола – Луанда
Заир – Киншаса
Танзания – Дар-эс-Салам
Руанда – Кигали
Бурунди – Бужумбура
Габон – Либревиль
Конго – Браззавиль
ЦАР – Банги
Судан – Хартум
Чад – Нджамена
Эфиопия – Аддис-Абеба
Кения – Найроби
Сомали – Могадишо
Джибути – Джибути
Египет – Каир
Ливия – Триполи

Алжир – Алжир
Марокко – Рабат
Тунис – Тунис
Мадагаскар – Антананариву
Саудовская Аравия – Эр-Рияд
Йеменская республика – Сана
Оман – Маскат
Катар – Доха
Объединенные Арабские Эмираты – Абу-Даби
Бахрейн – Манама
Кувейт – Эль-Кувейт
Ирак – Багдад
Сирия – Дамаск
Ливан – Бейрут,
Иордания – Амман
Израиль – Тель-Авив
Кипр – Никосия
Афганистан – Кабул
Пакистан – Исламабад
Китай – Пекин
Индия – Дели
Бутан – Тхимпху
Бангладеш – Дакка
Мьянма – Янгон
Шри-Ланка – Коломбо
Мальдивы – Мале
Вьетнам – Ханой
Лаос – Вьентьян
Таиланд – Бангкок
Камбоджа – Пномпень
Малайзия – Куала-Лумпур
Индонезия – Джакарта
Папуа – Новая Гвинея – Порт Морсби
Соломоновы острова – Хониара
Бруней – Бандар-Сери-Бегаван
Филиппины – Манила
Северная Корея – Пхеньян
Южная Корея – Сеул
Япония – Токио
Фиджи – Сува
Западная Самоа – Апия
Новая Зеландия – Веллингтон
Австралия – Канберра
Исландия – Рейкьявик

Норвегия – Осло
Швеция – Стокгольм
Финляндия – Хельсинки
Украина – Киев
Польша – Варшава
Дания – Копенгаген
Швейцария – Берн
Ирландия – Дублин
Бельгия – Брюссель
Франция – Париж
Германия – Берлин
Великобритания – Лондон
Нидерланды – Амстердам
Италия – Рим
Люксембург – Люксембург
Чехословакия – Прага
Венгрия – Будапешт
Румыния – Бухарест
Болгария – София
Греция – Афины
Албания – Тирана
Испания – Мадрид
Португалия – Лиссабон
Эстония – Таллин
Латвия – Рига
Литва – Вильнюс
Молдова – Кишинев.

А теперь отдохнем от географии и окунемся с головой в мир чисел, друзья мои. Мы уже с вами знаем, как делаются некоторые подсчеты, так давайте потренируемся основательно.

Запоминаем цифры и числа

Начнем с того, что попробуем запомнить список из семи цифр:

4, 0, 1, 7, 2, 8, 5.

А чтобы он лучше запомнился, придумайте рассказ с участием героев, каждый из которых напоминает вам очередную цифру из этого списка.

Как я уже говорил в этой книжке, к каждой цифре можно подобрать различные сравнения и ассоциации, которые надо выучить наизусть. Желательно, чтобы для каждой цифры было подобрано несколько ассоциаций.

Как вам удалось запомнить данный список?

У меня получается следующее:

> Клетка (4) попала в яму (0) и пыталась выйти из нее с помощью ручки (1), но ей это не удалось, поэтому клетка позвала на помощь жирафа (7), который был двоечником (2), но все же приехал на велосипеде (8) и отлично (5) справился с заданием.

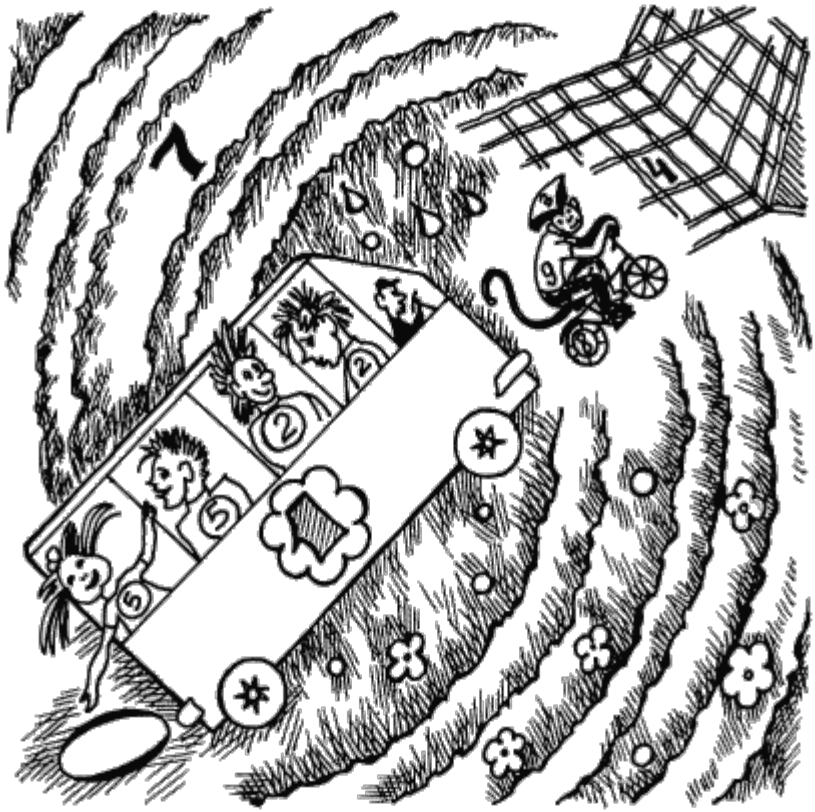
И еще список:

1, 5, 2, 8, 9, 3, 4, 7, 0.

Подберите ассоциации и придумайте рассказ, а потом проверьте, все ли правильно запомнили. Не забывайте проверять и то, в правильной ли последовательности вы запомнили все цифры.

А я тем временем придумал для запоминания этого ряда цифр следующее:

> Автобус (1) с отличниками (5) и двоечниками (2) едет за велосипедом (8), на котором сидит обезьяна (9) со шляпой-треуголкой (3) на голове. Но обезьяна внезапно попадает в клетку (4), после чего ее выпускают к радуге (7), где она исчезает (0) из виду.



И список побольше:

1, 4, 2, 8, 0, 5, 7, 4, 2, 6, 3.

Его я попробую запомнить другим способом, с помощью слов, первые буквы которых соответствуют первым буквам цифр списка. А поскольку есть две цифры (2 и 9), которые начинаются на одну и ту же букву, то можно для двойки находить слова женского рода, а для девятки – мужского и среднего. Да, а для единицы можно найти не только слова на букву Е, но и на букву О и Р, так как единицу мы называем также «один» и «раз». Точно так же цифру 0 мы иногда называем «зеро», так что можно для нее находить слова на буквы Н и З. И вот что получится:

> Олень (1), чемодан (4), дама (2), велосипед (8), зебра (0), пирамида (5), скала (7), чашка (4), доярка (2), шимпанзе (6), танк (3).

Ну вот, теперь осталось только придумать историю с этими словами, а это мы уже умеем делать.

Постарайтесь придумать не просто историю, но очень глупую, или необычную, или смешную историю. Из ряда вон выходящее

всегда хорошо запоминается. А все обычное и ничем не примечательное просто теряется из виду и стирается из памяти – именно из-за своей невыразительности.

Теперь приведу для тренировки довольно большое количество списков цифр.

Немного подскажу вам: поищите в списках закономерности. Если вы их обнаружите, то считайте, вам повезло: процесс запоминания станет проще. Например, если в списке только двухзначные числа, то можно запомнить их как обычный список цифр, а при воспроизведении называть их парами как двухзначные числа. А может быть и такая закономерность: второе число – двухзначное, третье – трехзначное и т. д. Здесь мы, опять же, можем запомнить все числа как последовательность цифр, а потом воспроизвести их согласно данной закономерности: однозначное, двухзначное, трехзначное и т. д.

2, 5, 1, 6, 9, 5, 1, 4.
6, 1, 0, 5, 7, 4, 2, 9, 7, 3.
1, 5, 3, 4, 2, 8, 8, 9, 6, 3, 6, 1, 4.
5, 3, 8, 1, 0, 0, 5, 3, 6, 8, 3, 1, 8, 6, 5.
3, 5, 2, 6, 8, 9, 2, 1, 4, 6, 8, 0, 6, 4, 5, 6, 7.
5, 1, 6, 8, 0, 3, 5, 2, 1, 3, 6, 4, 8, 0, 9, 5, 3, 4, 3.
1, 2, 6, 4, 7, 7, 8, 55, 3, 1, 11, 5, 6, 38, 0, 5, 3, 5.
1, 4, 34, 3, 5, 3, 2, 4, 0 0, 9, 6, 53, 2, 8, 6, 0, 5, 3, 7, 48.
4, 3, 2, 6, 5, 8, 4, 0, 9, 8, 6, 8, 5, 4, 3, 6, 8, 2, 6, 4, 8, 6, 0, 1.
0, 2, 8, 10, 6, 7, 4, 5, 3, 2, 7, 98, 1, 3, 2, 0, 7, 65, 8, 4, 5, 3, 7.
18, 14, 68, 39, 13.
15, 93, 48, 25, 99, 24.
41, 15, 99, 01, 44, 38, 10.
111, 345, 235, 784, 574, 372.
1, 25, 789, 3456, 67 876, 345 433.
0, 04, 888, 3, 898 777, 1888, 736 666.
23, 54, 64, 89, 15, 59, 28, 10, 90, 43, 22, 11, 78, 27.

А как насчет телефонов? Точнее, их номеров? А еще точнее, как их запомнить, чтобы не лезть каждый раз в записную книжку?

Давайте потренируем и это умение. Я буду приводить шестизначные номера, хотя в моем маленьком городе они пятизначные, а в больших городах бывают и семизначные. В принципе запоминание номеров телефонов ничем не отличается от запоминания цифр и чисел, за исключением того, что надо занести в свою память еще один дополнительный элемент – имя человека, которому принадлежит этот номер.

Итак, первым звеном в данной информационной цепочке у нас будет имя, а дальше пойдут цифры. В итоге у нас получится список из семи слов (имя плюс слова, которыми мы заменим цифры). И нам придется придумать такую историю, в которой это имя будет привязано к последующим цифрам. Ну а дальше все как со списками цифр.

Например:

1) Маша 44-27-08.
2) Сергей 24-64-38.
3) Лариса 89-35-22.
4) Дмитрий 40-66-81.
5) Петр 47-95-26.

Принимаемся за дело, дорогие ребята.

Вот что может получиться, скажем, при запоминании первого списка:

> Маша взяла чемодан (4), вытащила из него еще один чемодан (4) и дала его Даме (2), которая ездила на жирафе (7), но попала в яму, где был велосипед (8).

На первый взгляд этот рассказ может показаться громоздким и очень сложным для запоминания, а сам метод – трудоемким. Но это не так. Главное – мысленно ярко и живо представить себе всю эту историю, и тогда она уляжется в вашей памяти практически навсегда, а вместе с ней и номер Машиного телефона.

Поработайте таким вот образом над каждым из этих пяти списков.

Есть еще один вариант. Можно соединить все пять номеров и имена их обладателей в одно целое, а именно – запомнить список имен: Маша, Сергей, Лариса, Дмитрий, Петр. Так у нас получится список, каждое звено которого (то есть каждое имя) имеет разветвление (номер телефона).

А можно и такой метод применить. Для двухзначного числа мы ищем слово, первые две согласные которого будут напоминать нам об этом числе. Этот метод менее громоздкий, но требует чуть больше времени для того, чтобы найти нужные слова. Я долго думал о слове для числа 24 и не нашел ничего, кроме «ишачит», за что прошу прощения у своего друга Сергея. Впрочем, это ведь юмор и здесь нет ничего плохого. Вот что у меня получилось:

> Сергей на даче (24) ишачит (64) твердо (38).

Да, я представил своего друга Сергея, который много

работает на даче. В данном случае я ориентируюсь на две первые согласные в словах, не обращая внимания на гласные и на остальные согласные, идущие после первых двух. То есть мы подбираем слово, где именно первые две согласные напоминают нам две цифры номера. А поскольку и двойка, и девятка начинаются на «д», то для двойки (независимо от того, первая она или вторая) можно подобрать слово женского рода, а для девятки – мужского и среднего. Так как в этом методе мы используем только согласные, то можно единицу (один) заменить на «раз». Ведь все остальные цифры у нас начинаются на согласную, кроме цифры 1. Но хорошо, что у цифры 1 есть и другое название – «раз».

1 – Раз (слова на букву «р»).
2 – Два (слова женского рода на букву «д»).
3 – Три (слова на буку «т»).
4 – Четыре (слова на буку «ч»).
5 – Пять (слова на буку «п»).
6 – Шесть (на букву «ш»).
7 – Семь (на букву «с»).
8 – Восемь (на «в»).
9 – Девять (слова мужского и среднего рода на букву «д»).
0 – ноль (на «н» или «з» – зеро).

Например, слово «тачка» напомнит нам число 34, так как первые две согласные в этом слове означают 3 («т») и 4 («ч»).

И наконец, вспомним еще об одном методе, о котором было сказано во второй части книги. Он похож на предыдущий, с той разницей, что цифры заменяются согласными, которые мы подо брали для каждой цифры. В первом методе некоторые согласные остались без дела только из-за того, что не соответствовали начальным буквам названий цифр. А зачем же их оставлять без дела? Ведь чем больше помощников, тем легче что-либо сделать (хотя иногда бывает и наоборот, но это в данном случае нас не касается). Так что давайте подберем некоторым согласным фонетических «подружек», например: б-п, з-с, д-т и т. д. То есть если по какому-то признаку мы сравнили, например, цифру 1 с буквой Т (в данном случае по внешнему сходству), то придется взять ей в пару и ее фонетическую «подружку», букву Д. Вдвоем веселее. Да и одиночество, знаете ли, не очень хорошая штука (по себе знаю).

Итак, давайте вспомним, что там у нас было в первой части книжки. А было вот что:

0 – С, З
1 – Т, Д
2 – Н, Х
3 – М,
4 – Ч, Ц
5 – Л
6 – Ш, Щ, Ж
7 – К, Г
8 – Ф, В
9 – Б, П, Р

А теперь попробуем попрактиковаться, запоминая таким вот образом числа. Заранее скажу, что в каждом слове лучше «зашифровать» всего две цифры, потому что в противном случае этот метод себя не оправдает: очень тяжело будет находить слова, в которых три или даже более согласных соответствуют числам (из трех и более знаков). Если же использовать только первые две согласные в каждом слове, то дело сильно упрощается, и этот метод дает свои положительные результаты. Так, слово «заснул» должно нам напоминать два нуля, так как и «з», и «с» заменяют цифру 0.

У меня как-то был очень забавный случай. Я вошел в один офис, где раньше не бывал, и постучал в пер вый попавшийся кабинет. Затем чуть приоткрыл дверь – и что же я увидел! Этот «кабинет» оказался туалетом. Так что неудивительно, что мне никто не сказал «войдите». Впрочем, если бы кто-то был в туалете, то он, может быть, и пригласил бы меня войти. Затем я закрыл дверь туалета (так как мне было нужно совсем в другой кабинет, то бишь к начальнику) и только тогда обратил внимание на цифры 00 на двери.

Я к чему все это рассказываю-то? Да к тому, что слово «заснул» (в котором как раз «зашифрованы» два нуля) вполне могло заменить эти нули, изображенные на двери. Но только в том случае, если бы все люди владели данным методом. Иначе они подумают, что в туалете и правда кто-то заснул.

Итак, запомним ряд двухзначных чисел:

14, 43, 29, 48, 10, 31, 90.

Нам нужно найти семь слов, первые две согласные в каждом из которых соответствуют очередному двухзначному числу. Я нашел вот такие:

Тучка, цемент, хобот, чавкать, тазик, мотор, роза.

А теперь напишу их вместе с цифровыми значениями.

Тучка (14), цемент (43), хобот (29), чавкать (48), тазик (10), мотор (31), роза (90).

Нам остается лишь запомнить список из этих семи слов, что мы с легкостью сделаем с помощью рассказа:

Тучка села на цемент, чтобы своим хоботом чавкать в тазике, затем завела свой мотор и полетела за розами.

Очень уж глупо, но ничего не поделаешь. Да и глупое, как я уже много раз говорил, очень даже хорошо запоминается. Ну а теперь ваша очередь. Я приведу несколько списков двухзначных чисел, а вы попробуйте их запомнить этим методом (назовем его методом первых двух согласных).

54, 23, 56, 89, 90, 00, 55,
11, 04, 67, 44, 91, 36, 89, 41,
39, 11, 69, 78, 36, 71, 65, 88, 12,
46, 47, 92, 45, 67, 82, 27, 89, 20, 09,
11, 35, 67, 87, 45, 32
2, 54, 61, 23, 45, 99,
77, 45, 87, 99, 22, 97, 46, 39, 82, 75, 37, 15,
68, 98, 32, 45, 77, 33, 17, 93, 36, 78, 22, 71, 81,
91, 53, 65, 78, 92, 43, 58, 93, 16, 52, 87, 00, 54, 32,
24, 87, 98, 56, 36, 79, 24, 17, 38, 94, 56, 71, 90, 40, 24,
56, 78, 12, 56, 00, 76, 40, 24, 66, 31, 88, 53, 26, 82, 51, 57.

А напоследок в этой главе опять напомню вам о золотом принципе запоминания. Запоминайте числа не только мнемотехнически (то есть с помощью всевозможных мнемотехник), но и механически. Не забывайте, что мнемотехника, при всем своем чудотворном влиянии на наши способности к запоминанию, все же не сможет полностью заменить механическую память. Мнемотехника становится только серьезным дополнением к механической памяти, ее усилителем. Нам же надо научиться одинаково хорошо применять навыки и механической, и ассоциативной (мнемотехнической) памяти. Вот тогда мы будем на мнемонической высоте.

Так что списки цифр тоже либо учите наизусть, либо пытайтесь запомнить с первого взгляда. Да-да, не удивляйтесь. Вы думаете, только любовь бывает с первого взгляда? Ничего подобного. С первого взгляда бывает и запоминание. Посмотрел –

увидел – запомнил. Вместо «пришел – увидел – победил».

Если не получилось действовать по формуле «посмотрел – увидел – запомнил» (что вполне понятно, ведь не всякого рода и объема информацию можно запомнить с первого взгляда), то надо идти вполне традиционным путем: повторять до тех пор, пока вся информация не останется в вашей памяти.

Переходим от текстов к другим видам информации

Итак, давайте закончим тренироваться в запоминании текстов, так как этим мы уже достаточно много занимались.

Вспомним о том, что каждый школьный предмет имеет свои особенности. Например, в математике много формул. И в физике много формул. А уж про таблицу Менделева, которая висит на стене в любом школьном кабинете химии, я вообще молчу. Так что нам нужно научиться применять мнемотехнику для запоминания и этих видов информации. Про общие принципы того, как это делается, мы с вами уже говорили. Теперь пришло время тренировок.

Конечно, вы помните о том, что формулы надо прежде всего понять и только потом запоминать. И то и другое одинаково важно. Если только понять, но не запоминать, то формулы очень быстро забываются. Да-да, не удивляйтесь. Я сам наблюдал, как преподаватель математики в институте, где я учился, забыл формулу и вынужден был выводить ее снова. Он и сам считал и даже нам объяснял, что главное – не запомнить формулу, но понять ее. И вот что из этого вышло. А ведь можно же и запомнить, чтобы каждый раз не нужно было выводить формулу снова и снова путем математических преобразований.

Итак, **понять** и **запомнить** – вот два главных козыря в учебе (причем зачастую второй является логическим следствием первого).

Запоминаем формулы математические, физические, химические

Итак, заранее настройтесь на всевозможные мнемонические глупости, потому что приемы, которым я сейчас хочу вас обучить, сначала и правда могут показаться вам ужасно нелепыми. Но к ним очень быстро привыкаешь, тем более что именно благодаря таким глупостям обычно бывает легко запомнить очень много всего.

Начнем с математики, царицы наук.

Запоминаем следующие формулы.

Площадь круга:

S = ?R2.

Супермен (S) гнался ровно (=) по всей площади круга за мышью (?), излучающей радиацию в квадрате (R2).

Площадь кругового сегмента:

S = (?R2/360)·? ± S?.

Число ? («пи»), как вы уже поняли из предыдущего примера, можно сравнить, например, с мышью. Ведь мышь пищит. Желательно, чтобы в мнемоническом предложении (или предложениях) был намек на то, о чем эта формула. Сразу скажу, что эта формула – из тех, которые легко выводятся логически. То есть стоит ее понять, как вы сами сможете восстановить эту формулу, не подглядывая в книгу. И тем не менее мы учимся запоминать с применением мнемотехники. Тем более что бывают формулы и покруче, для запоминания которых одного понимания не всегда достаточно.

Вот какой рассказ помогает мне запомнить эту формулу.

Ищущий площадь кругового сегмента Супермен (S) подошел (=) к дроби, где в числителе – мышь (?) с Радиоактивным излучением в квадрате (R2), а в знаменателе – все 360 градусов, а после дроби какой-то уголок первой значимости (?, первая буква), справа от которого, на пьедестале (?), памятник плюсу (±), и в конце мы видим того же Супермена, но уже с каким-то треугольником (S?).

Теперь перейдем к интригалу... Пардон, я хотел сказать – к

интегралу.

Связь между интегралом и первообразной (формула Ньютона – Лейбница):

a?bf(x)d(x) = F(b) – F(a).

a и b сидели... на этот раз не на простой трубе, а на интегральной; рядом с ними справа – фантастика (f): два неизвестных (то есть два икса), окутанные тайными скобками ((x)(x)), между ними – что-то драгоценное (d), и все это приравнялось (=) к разнице (–) между b и a в скобках, в сопровождении больших F-ов.

Да, вот такие и подобные мнемонические размышления над формулами помогут их запомнить гораздо лучше, нежели обычное механическое запоминание.

Углубимся теперь в физику, но не аналитически, а мнемонически (то есть с целью запоминания).

Известно, что один метр приблизительно равен 1/40 000 000 части длины земного меридиана, проходящего через Париж.

Да, меридиан, проходящий через Париж, видимо, является эталонным, ведь если его длину разделить на четверку с семью нулями (40 000 000), то получим метр.

А теперь придумайте мнемонические приемы самостоятельно.

Метр равен расстоянию, проходимому в вакууме плоской электромагнитной волной за 1/299 792 458 долей секунды.

Секунда равна 9 192 631 770 периодам излучения, соответствующего переходу между двумя сверхтонкими уровнями основного состояния атома цезия-133.

Килограмм приблизительно равен массе 1 литра чистой воды при температуре 15°C.

Теперь запомним что-нибудь из астрономии.

Закон всемирного тяготения:

F = (G(m1m2))/r2.

Итак, включаю свой мнемонический усилитель... Поехали!

Фыркающая сила (F) подошла и поравнялась (=) с гигантским (G) двухэтажным (дробь) домом, где на

втором этаже (числитель) были первая и вторая мамы (m1m2), изучающие с Ньютоном закон тяготения, а на первом этаже (знаменатель) – работник (r) квадратный (в квадрате, r2).

После такой мнемонической процедуры вы вряд ли скоро забудете формулу всемирного тяготения.

Первый закон Кеплера:

? = (DS + SA)/2.

Первый закон Кеплера как раз начинается с первой буквы (?), ну а буква эта равна полусумме уже больших пар букв: DS и SA, и если бы не два S, то эта формула сказала бы нам «DA».

Третий закон Кеплера:

T12/T22 = a13/a23.

Формула третьего закона Кеплера уже покруче. Здесь два двухэтажных дома (две дроби) равны друг другу, хотя на двух этажах первого дома – два Танка в квадрате: первый на втором этаже и второй на первом (T12 и T22), а на двух этажах второго дома – асы-водители в кубе (a3), первый и второй (a13 и a23).

Теперь подадимся в химию.

Нечто из горения ацетилена при вдувании в пламя дополнительного воздуха:

2C2H2 + 5O2 ? 4CO2 + 2H2O

Углерод и водород – натуральные двоечники (2C2H2), но если прибавить к ним отличника Кислорода (5O2), то получим, что углерод стал ударником (4C) вместе с молекулой кислорода O2 плюс две капли воды (капля воды – H2O, ну а две капли – 2H2O).

Процесс спиртового брожения глюкозы (виноградного сахара), изображенный в упрощенном виде (такое происходит во время изготовления вин):

C6H12O6 ? 2C2H5OH + 2CO2?

CHОва (C…H…O…) брожение вина (сопровождаемое двумя шестерками по краям (C6…O6) и их суммой (12) посередине (…H12…). Ну а после брожения (?) CHачала (CH, но два раза двоечник, потом отличник: 2C2H5) приходит OH (…OH) и прибавляет двойные газы (+2CO2), которые испаряются в воздух (?).

Видите, здесь я в мнемонических целях рассматривал все эти элементы как русские буквы, так как они в точности похожи на русские заглавные буквы С, Н и О.

А теперь я приведу названия элементов химической таблицы (кроме лантаноидов и актиноидов), а вы постарайтесь в той же последовательности их запомнить, придумав рассказ, где использовались бы все эти слова. Как вы помните, в первой части книги я уже придумал подобный рассказ. А теперь вы попробуйте пофантазировать сами. Кстати, когда я взялся за то, чтобы таким вот образом выучить по порядку все элементы таблицы Менделеева, у меня это заняло около 20-30 минут, не больше. Так что все это действительно работает на практике.

> Водород, Гелий, Литий, Бериллий, Бор, Углерод, Азот, Кислород, Фтор, Неон, Натрий, Магний, Алюминий, Кремний, Фосфор, Сера, Хлор, Аргон, Калий, Кальций, Скандий, Титан, Ванадий, Хром, Марганец, Железо, Кобальт, Никель, Медь, Цинк, Галлий, Германий, Мышьяк, Селен, Бром, Криптон, Рубидий, Стронций, Иттрий, Цирконий, Ниобий, Молибден, Технеций, Рутений, Родий, Палладий, Серебро, Кадмий, Индий, Олово, Сурьма, Теллур, Йод, Ксенон, Цезий, Барий, Лантан, Гафний, Тантал, Вольфрам, Рений, Осмий, Иридий, Платина, Золото, Ртуть, Таллий, Свинец, Висмут, Полоний, Астат, Радон, Франций, Радий, Актиний, Курчатовий, Нильсборий.

Так, ну хватит химичить. Пора и честь знать. Перейдем к географии.

Запоминаем вершины, впадины и прочие географические координаты

О странах и столицах мы уже говорили. И даже немного касались того, как запоминать координаты вершин всяких возвышенностей. Давайте теперь остановимся на этом подробно и хорошенько потренируемся. Сразу скажу, что точно так же, как и вершины, мы можем запомнить величины низменностей, впадин, длины и глубины рек и т. д. Принцип тот же: нам нужно придумать одно информационное звено для географического названия и остальные звенья для запоминания числа (высота, глубина, длина, объем, площадь и т. д.).

Итак, остановимся на вершинах гор на разных континентах и островах. Запоминать числа мы уже умеем. Советую применять наименее громоздкий метод, каковым является метод первых двух согласных. Можно, впрочем, и другие методы пускать в ход – это зависит от самого числа. Например, для запоминания числа 8848 вообще не нужно никаких методов. Ведь тут одни восьмерки да одна четверка на предпоследнем месте.

Имейте в виду, что все числа, обозначающие вершины, – четырехзначные, а высота измеряется в метрах над уровнем моря.

К некоторым вершинам я уже придумал мнемоприемы, а к остальным вы попытайтесь изобрести их сами. И в дальнейшем применяйте их для запоминания подобной информации (кстати, точно по такому же принципу можно запоминать и исторические даты).

Если применять метод первых двух согласных, то для четырехзначного числа у нас получится два слова, каждое из которых напомнит нам одну и другую пару цифр данного числа. Напомню, что в данном методе вместо цифр у нас следующие согласные:

0 – С, З
1 – Т, Д
2 – Н, Х
3 – М,
4 – Ч, Ц
5 – Л
6 – Ш, Щ, Ж
7 – К, Г
8 – Ф, В
9 – Б, П, Р

Это соответствие цифр и согласных надо очень хорошо знать, чтобы при необходимости немедленно вспомнить цифры, соответствующие двум первым согласным в данном слове.

Итак, вот примеры.

ЕВРОПА:
Карпаты: наивысшая точка – 2655 м.
МП: Карп (Карпаты) наш (26) улюлюкал (55).

Гора Монблан – 4807 м.
Пиренеи: наивысшая точка – 3404 м.
(МП придумайте сами.)

Скандинавский полуостров: наивысшая точка – 2469 м.
МП: Скандал (Скандинавский) начался (24) жаркий (69).

СЕВЕРНАЯ АМЕРИКА:
Гора Мак-Кинли – 6194 м.
МП: Мак кинули (Мак-Кинли) в жуткую (61) бочку (94).

Гора Эльберт – 4399 м.
(Слово за вами.)

Гора Митчелл – 2037 м.
МП: У Митчелла (Митчелл) нос (20) мокрый (37).

Гора Орисаба – 5747 м.
(Ваш ответ?)

ЮЖНАЯ АМЕРИКА:
Вулкан Руис – 5400 м.
МП: Круиз (Руис) лечит (54) суставы (00).

Вулкан Котопахи – 5897 м.
МП: Коты + Черепахи = Котопахи: лафа (58) обыкновенная (97).

Гора Чимборасо – 6310 м.
МП: Чем брусок (Чимборасо) шумит (63), тазом (10)?

Гора Аконкагуа – 6959 м.

(Ваш МП.)

АФРИКА:
Диаконовы горы – 3482 м.
МП: Диакон (Диаконовы горы) мчался (34) вон (82).

Вулкан Килиманджаро – 5895 м.
(Придумайте МП сами.)

Вулкан Камерун – 4070 м.
МП: Камеру (Камерун) часто (40) гасили (70).

АВСТРАЛИЯ:
Гора Косцюшко – 2228 м.
МП: На самой высокой горе Австралии мы нашли костяшки (Косцюшко), всего три пары (222), так что если добавить и четвертую пару, то получим 8, а вместе – 2228.

ЯПОНИЯ:
Вулкан Фудзияма – 3776 м.
МП: Фу, иди в яму (Фудзияма) микробы (37) кушать (76).

РАЗНЫЕ НАИВЫСШИЕ ТОЧКИ:
На острове Суматра – 3800 м.
МП: Смотрели (Суматра) миф (38) о сазане (00).

Гора Казбек – 5033 м.
МП: Казак и бек (Казбек) выпили по 50 граммов (50), и у каждого стало по 33 (33) зуба.

(Здесь и далее придумывайте ваши варианты МП.)
НАИВЫСШАЯ ТОЧКА:
• в Новой Гвинее – 5029 м;
• на острове Калимантан – 4101 м;
• в Индии – 2685 м;
• на Арабском полуострове – 3760 м;
• в Тибете – 6973 м;
• в Уральских горах – 1895 и 1640 м;
• вулкан Ключевская Сопка – 4750 м;
• гора Арарат – 5165 м;
• гора Эльбрус – 5642 м;
• гора Памир – 7134 и 7495 м.

САМАЯ ВЫСОКАЯ ТОЧКА МИРА:

Джомолунгма (Эверест) – 8848 м.

МП: На самой большой вершине, Эвересте, – одни восьмерки, за исключением предпоследней, которая в два раза меньше (4), так что получается 8848.

Запоминаем исторические даты и события

В этой главе я приведу много дат разных исторических событий, к отдельным из которых применю свои личные мнемоприемы. А к остальным вы уж постарайтесь подобрать мнемотехнику самостоятельно. Занимаясь изобретением своих мнемотехник снова и снова, вы будете все лучше подбирать ассоциации к датам, и ассоциации эти с каждым разом будут все точнее и информативнее. А благодаря этому вы будете все лучше и лучше запоминать даты. Во избежание громоздкости мнемонических приемов для запоминания чисел правильнее, я думаю, применять метод первых двух согласных.

Мы можем применять мнемотехнику ко всей дате целиком или же к ее части. Например, если мы уверены, что не забудем, в каком веке произошло данное событие, то можем пропустить часть даты, связанную с веком, а запомним только последние две цифры, обозначающие год. Если у нас в руках список дат одного века, тоже можем запомнить только год (пропустив первые две цифры, относящиеся к веку). Однако если нам надо запомнить дату полностью, то будем запоминать все четыре цифры, входящие в ее состав.

Обратите внимание на то, что я при каждом удобном случае пытаюсь искать облегченные методы запоминания (именно так я поступил при запоминании даты Реформации). Но это не всегда удается, так как не всякая дата мне о чем-то говорит или что-то напоминает (либо близка к дате, которая что-то мне напоминает). Поэтому используйте и облегченные, и необлегченные методы.

Напомню, что **МП** означает мнемонический прием, или мнемоническое предложение.

Также еще раз напомню согласные, заменяющие цифры в методе первых двух согласных.

0 – С, З
1 – Т, Д
2 – Н, Х
3 – М,
4 – Ч, Ц
5 – Л
6 – Ш, Щ, Ж
7 – К, Г
8 – Ф, В
9 – Б, П, Р

Итак, поехали.

1492 г. Открытие Америки Христофором Колумбом.

МП: Дачу (14) и Ранчо (92) построил Колумб в Америке.

1498 г. Экспедиция Васко да Гама достигла Индии.

МП: Васька (Васко) да Гамлет (Гама) точно (14) рванули (98) в Индию.

1517 г. Начало Реформации.

МП: Да, от 15 до 17 лет – сложный возраст, так что Реформация кстати.

К следующим трем датам придумайте МП сами.

1519–1521 гг. Первое кругосветное путешествие Фернана Магеллана.

1534 г. Начало Реформации в Англии.

1566–1609 гг. Нидерландская революция.

Дальше также будут чередоваться мои образцы и те примеры, к которым вы подберете МП самостоятельно.

1572 г., 24 августа. Варфоломеевская ночь.

МП: Это случилось ночью, в конце лета (24 августа) в год моего рождения (72), но за четыре века до моего рождения (16-й век, четыре века до 20-го века, в котором я родился).

1588 г. Гибель «Непобедимой армады».

МП: 15-летний капитан (известный персонаж из книги Жюля Верна поможет нам запомнить число 15) через два вертикальных бинокля (88) наблюдал это событие – гибель непобедимой армады.

1589 г. Закончилось правление династии Валуа во Франции. Начало правления династии Бурбонов.

1598 г. Нантский эдикт.

1600 г. Создание Ост-Индийской компании в Англии.

1603 г. Сёгун Такугава Иэясу подчинил всю Японию.

1603 г. Закончилось правление династии Тюдор в Англии. Начало правления династии Стюартов.

1603 г. Первое постоянное английское поселение в Северной Америке.

1609 г. Признание независимости Голландии Испанией.

1642 г. Начало гражданской войны между королем и парламентом в Англии.

1644 г. Начало правления династии Цин в Китае.

1645 г. Битва при Нейзби.
МП: Тоже 45-й год, как при Великой Отечественной (1945), но только четыре века назад (1645), так что не избирай (Нейзби) битву такую.
МП: Неизбранная (Нейзби) битва – как конец Великой Отечественной, но – четыре века назад.

1649 г. Казнь короля Карла I и установление республики в Англии.

1653–1658 гг. Протекторат Кромвеля.

1660 г. Реставрация монархии, окончание революции в Англии.

1685 г. Отмена Нантского эдикта во Франции.

1688 г. «Славная революция» в Англии. Установление конституционной монархии.

1700-1721 гг. Северная война.
МП: 17-летний парень пошел в туалет (00) и читал там про Северную войну, после чего вышел уже в возмужавшем возрасте (21).

1707 г. «Акт единения» между Англией и Шотландией. Создание Великобритании.

1751 г. Издание во Франции «Энциклопедии наук,

искусств и ремесел».

1756-1763 гг. Семилетняя война.

МП: Так (17) и лишились (56) мира в Семилетней (+7 = 1763) войне.

1757 г. Начало британского господства в Индии.

МП: Так (17) легко (57) англичане и до Индии добрались и господствовали там.

1765 г. Создание Джеймсом Харгривсом механической прялки.

1773 г. «Бостонское чаепитие».

МП: Так (17) комично (73) пили чай в Бостоне, что произошло выражение «бостонское чаепитие».

1776 г. Принятие Декларации независимости и образование США.

1784 г. Создание Джеймсом Уаттом паровой машины.

МП: Документально (17) воцарился (84) век пара, так как Джеймс Уатт создал паровую машину.

1787 г. Принятие Конституции США.

МП: Принятию Конституции в США соответствует хорошая дата, где за единицей (1…) идут почти три семерки, лишь средняя (из этой тройки) на единицу больше (787).

1789 г, 14 июля. Взятие Бастилии восставшими парижанами. Начало революции.

МП: О, в такую жару, почти в середине лета (14 июля), не поленились и взяли Бастилию, в тысяча (1…) плюс последние три цифры друг за другом (789).

1791 г. Принятие первой в истории Франции Конституции.

1792 г. Свержение монархии во Франции.

1796–1797 гг. Итальянский поход Наполеона Бонапарта.

1798 г. Начало египетской экспедиции Наполеона Бонапарта.

МП: Далеко не 17-летний (17) бывалый (98) Наполеон направился в Египет, где не бывал ни разу.

1803 г. Пустили первый паровой автомобиль.

1814–1815 гг. Венский конгресс.

1825 г. Построена первая железная дорога.

МП: Давно (18) хлопоты (25) начались по железной дороге, и все же построили.

1852–1870 гг. Вторая империя во Франции.

1859–1869 гг. Строительство Суэцкого канала.

МП: Товарищи (18) лопатами (59) строили этот суетный (Суэцкий) канал, причем целых десять лет (+10 = 1869), так что одну школу можно было закончить за это время.

1867 г., 18 марта – 28 мая. Парижская коммуна.

1898 г. Испано-американская война.

1899–1902 гг. Англо-бурская война.

1904–1905 гг. Русско-японская война.

1914 г., август. Начало первой мировой войны.

1918 г., 11 ноября. Компьенское перемирие. Конец Первой мировой войны.

Похожую информацию можно объединять в группы. Ну взять, например, даты вступления в ООН разных стран – такая информация является в каком-то смысле однородной, так что ее можно выделить в отдельную группу, которую так и озаглавить: «Годы вступления стран в ООН». Или сразу распределить страны по годам их вступления, например: «Страны, вступившие в ООН в 1961 году».

Вот наглядный пример.

Вступление стран в ООН

1961 год

27 сентября – Сьерра-Леоне.

27 октября – Монголия и Мавритания.

14 декабря – Танганьика.

1962 год

18 сентября – Бурунди, Руанда, Тринидад и Тобаго, Ямайка.

8 октября – Алжир.

25 октября – Уганда.

1963 год

14 мая – Кувейт.

16 декабря – Кения и Занзибар.

1964 год

1 декабря – Замбия, Малави, Мальта.

1965 год

21 сентября – Гамбия, Мальдивские острова, Сингапур.

1966 год

20 сентября – Гайана.

17 октября – Ботсвана, Лесото.

9 декабря – Барбадос.

1967 год

14 декабря – Народная Республика Южный Йемен.

1968 год

24 апреля – Маврикия.

24 сентября – Свазиленд.

12 ноября – Экваториальная Гвинея.

1969 год

Никого не приняли.

1970 год

13 октября – Фиджи.

Ну вот, в таком виде список выглядит очень даже мнемонически наглядно. Очень удобно для запоминания. И, сталкиваясь с этим списком каждый раз, мы будем все лучше и

лучше закреплять все это в памяти. Если даты и названия стран будут смешаны с какими-то другими сведениями, то все это просто затеряется в море информации и окажется трудным для запоминания. Поэтому важно научиться отделять/обособлять и группировать информацию.

Пара слов о воспоминаниях

Дорогие ребята, важно научиться не только запоминать, но и почаще вспоминать то, что вы уже «положили» в свою память. Ведь это главное. Зачем запоминать, если не будем вспоминать? Это крылатое выражение принадлежит перу вашего покорного слуги, то бишь мне. И действительно, весь смысл запоминания именно в том, чтобы в дальнейшем вспомнить запомненное. Запоминание логически подразумевает воспроизведение (то есть вспоминание) информации. Так что вспоминайте как можно больше: истории из жизни (давние и не очень), прожитый день (пытаясь воспроизвести его в памяти как можно подробнее), уроки... Да-да-да, вспоминайте уроки. Вспоминайте то, что рассказывал учитель (ведь это было совсем недавно). И постепенно в вашей памяти будет оставаться все больше и больше самой разной информации, а это будет означать то, что память ваша развивается! А мы уже знаем, что, если наша память хорошо развита, мы можем горы переворачивать – ну уж горы-то информации точно!

Я частенько вечером, перед сном, вспоминаю свой прожитый день. Лежу, понимаешь, в постели и вспоминаю, что сегодня со мной приключилось. Это довольно интересно, попробуйте. Вспоминайте прожитый день с утра до вечера: как проснулись, как встали, как оделись, как помылись, как позавтракали, как пошли в школу, что слушали во время урока и т. д. В общем, попробуйте вспомнить все, что можно, до конца, то есть до того момента, когда вы легли в постель, чтобы заснуть. Кстати, это упражнение может еще и оказаться хорошим снотворным (что, правда, не в пользу мнемонического развития). Я хочу сказать, что, вспоминая все это, мы можем незаметно для себя заснуть и проснуться только утром. Но ничего страшного. Ведь хоть что-нибудь же мы вспомним, прежде чем заснем незаметно. Если же нам удастся вспомнить весь день и только потом заснуть, то это просто здорово. И если так будем делать почти каждый день, то память будет очень здорово развиваться.

Конечно, вспомнить сегодняшний прожитый день легче, чем вчерашний. А позавчерашний – вспомнить еще сложнее, не говоря уже обо всех предыдущих. Но некоторые события крепко врезаются в память, и мы их легко вспоминаем, несмотря на то что с тех пор прошли недели, месяцы или даже годы. А то и десятилетия, а может, и столетия... Нет, по-моему, со столетиями я перестарался. Ведь мы живем-то всего в пределах ста лет. Ну да ладно, пусть будет без столетий. Все равно вспоминать

отдаленные фрагменты из жизни очень полезно для памяти. Я, например, часто вспоминаю улицы города, в котором когда-то жил. А потом «перескакиваю» в другой город, где я учился. Затем «переношусь» в деревни, где прошло мое детство, и т. д. Вот такие мнемонические путешествия. Вы тоже можете совершать мнемонические путешествия и во времени, и в пространстве. Мнемонически путешествовать во времени – значит вспоминать то, что было сегодня, вчера, позавчера, в прошлом году и т. д. А мнемонически путешествовать в пространстве – значит представлять в воображении те места, в которых мы когда-то находились или находимся сейчас. Это могут быть города, села, улицы, здания снаружи и внутри и т. д. То есть все то, возле чего или внутри чего мы были. Даже собственный дом можно по памяти представлять себе и изнутри, и снаружи.

А еще очень хорошо стимулирует память анализ любой информации. Поэтому, читая текст, пытайтесь вникать в его суть и размышлять над написанным. Чем внимательнее мы анализируем информацию, тем лучше она запоминается. Даже когда мы не согласны с какой-то информацией, то и это наше несогласие, как ни странно, очень хорошо стимулирует память: мы лучше запоминаем то, что ругали и с чем были не согласны.

Удивление – тоже в числе почетных мнемонических стимулов. Чем больше вы удивляетесь, тем лучше запоминаете. Так что удивляйтесь на здоровье. Читая или слушая текст, удивляйтесь всему, чему можно удивиться. Впрочем, я рекомендую удивляться и тому, чему мы обычно не удивляемся, хотя могли бы. Например, удивляйтесь числу «пи» в математике. Ведь это число – бесконечное. Вот и удивляйтесь этому и с удив лением смотрите на это число. А еще сравнивайте это число с пищалкой, с мышью (которая так же пищит) и т. д. и т. п.

И не только удивляйтесь, но проявляйте и другие эмоции в процессе работы с информацией. С чем-то не соглашайтесь, спорьте, выдвигайте свою точку зрения. Все это будет способствовать лучшему запоминанию данной информации.

Здоровый образ жизни также способствует хорошей работе памяти. Поэтому бросайте вредные привычки, если они есть. Память от этого, как я уже говорил, только выиграет. Ну а если еще и физкультурой заняться и питаться хорошо, то память выиграет вдвойне.

Вы, может быть, заметили, что некоторые мысли в разных частях этой книги повторяются (вот как сейчас, про вредные привычки). И это очень даже хорошо, ведь нам известно, что повторение – мать учения. Кстати, если вы вспомнили, что такая-то мысль уже звучала в этой книге раньше, то это здорово! Это

значит, что в вашей памяти сработало узнавание. То есть вы узнали эту информацию благодаря ее сходству с той же информацией в какой-то из предыдущих частей книги.

Так, ну ладно, мне пора переходить к эпилогу. А вам, дорогие друзья, пора начинать систематические мнемонические тренировки. Желаю вам всяческих успехов в деле развития памяти и вообще побольше всевозможных достижений.

Эпилог

Ну вот и последняя, четвертая часть книжки вами прочитана. Пора прощаться, грустная пора...

Напоследок скажу: дорогие ребята, много читайте, много запоминайте, причем запоминайте и с помощью всевозможных мнемотехник, и механически, то есть без всяких техник. Запоминайте мгновенно и запоминайте с помощью повторений. Запоминайте и вспоминайте как можно больше всего! И запоминание, и вспоминание развивают память. И чем больше вариантов запоминания вы будете применять, тем полноценнее будет развиваться ваша память. А развитая память – это одна из гарантий вашего успеха в жизни. Поэтому вклад в дело развития памяти – это серьезный вклад в ваше личное будущее.

Ну, дорогие друзья (а также дамы и господа, а также товарищи, в том числе школьники и их родители, ну и конечно же, господа присяжные), я пошел отдыхать. Ведь если я отдыхал после первой части книги, то теперь тем более заслуживаю отдыха, правда ведь?

До свиданья, до новых встреч на страницах моих книг.

Искренне ваш Г. Авшарян

notes

Примечания

1

Same – тот (же) самый, одинаковый (*англ.*).